四川省教育厅课题研究项目 课题编号：09SB081

QUWEI XIAOTIQIN JIAOXUE FA TANXUN (CHUJI)

趣味小提琴教学法探寻 初级

柯 曦 马 毅 / 著
李 涵 / 插图

四川大学出版社

四川省教育厅课题研究项目 **课题编号：09SB081**

QUWEI XIAOTIQIN JIAOXUE FA TANXUN (CHUJI)

趣味小提琴教学法探寻 初级

柯 曦 马 毅 / 著

李 涵 / 插图



四川大学出版社

责任编辑:张晓舟
责任校对:周　颖
封面设计:袁　飞
责任印制:李　平

图书在版编目(CIP)数据

趣味小提琴教学法 / 柯曦，马毅，李涵著. —成都：四川大学出版社，2012.5
ISBN 978-7-5614-5825-9

Ⅰ.①趣…　Ⅱ.①柯…②马…③李…　Ⅲ.①小提琴—教学法　Ⅳ.①J622.16

中国版本图书馆CIP数据核字（2012）第108992号

书名　**趣味小提琴教学法探寻（初级）**

著　　者　柯　曦　马　毅
插　　图　李　涵
出　　版　四川大学出版社
地　　址　成都市一环路南一段24号（610065）
发　　行　四川大学出版社
书　　号　ISBN 978-7-5614-5825-9
印　　刷　郫县犀浦印刷厂
成品尺寸　185 mm×260 mm
印　　张　8.5
字　　数　143千字
版　　次　2012年5月第1版
印　　次　2012年5月第1次印刷
定　　价　24.00元

◆读者邮购本书,请与本社发行科联系。电话:85408408/85401670/85408023　邮政编码:610065
◆本社图书如有印装质量问题,请寄回出版社调换。
◆网址:http://www.scup.cn

序　言

我从没想到自己会写书，可在内心一直有个愿望，想把自己在德国所学的知识带给中国的学生。回忆自己在德国读书的日子，体会到德国的音乐学院对于音乐教学课程的划分十分科学，小提琴教学法是小提琴演奏专业及中提琴演奏专业在大学中的必修课程。在此要特别说明由于中提琴演奏启蒙时也需要从小提琴练习开始，所以学习小提琴教学法对于中提琴表演的学生具有同样重要的意义。在德国，小提琴与中提琴专业的学生就是在一起上小提琴教学法课程的。由老师在课堂中从理论的角度与同学们共同研习古今中外的教学法和演奏方法，从而提高演奏与教学水平。

而在中国的音乐学院中，目前还没有针对提琴表演专业的同学开设这类关于教学法的课程，因而使得许多同学在练习中时常走入误区和陷于迷茫。这一点启发了我们编著一套关于小提琴教学法书集的想法，想为小提琴教学和演奏提供一种新的视角。这个埋藏内心多年的愿望，在我与多年好友马毅老师的思想碰撞中，得以实现。她的专著《艺术院校大学生情商与思维方法训练》使我得到勇气与启发：

一、突破自我的壁垒，实现自己的愿望。正如马毅老师写《艺术院校大学生情商与思维方法训练》的动机，来源于她自己从学生到留校做老师的感悟与跋涉，她认为很有必要给学生们开一门这样的课程，于是进行了艰苦的学习和创作，编著了此教材。

二、老师的职责要求我们探索智慧的、高屋建瓴的教学手段和方法，需要以智慧为中轴线，不断总结、反省、领悟科学的方法，让学生不仅学习到技术方法，更明白技术之间的因果联系，从而能够通过深刻地内化技术方法来帮助音乐的表达。

于是，我们两个充满激情、追求理想的青年人，一拍即合，正式开始本书撰写工作。

分工如下：我的所长是专业技术方面，负责技术要点的提出和针对教学

方法进行图片姿势的设计，以及针对技术性要求进行具体的谱例筛选工作。马毅老师是音乐研究所专职研究人员，专业为音乐美学，她负责文本的文字撰写工作及本书的总体框架构成。

本书的主要出发点是探索小提琴初级教学中的教学方法，在撰写的初期阶段，我曾撰写了大量的文字，像其他书籍一样想用文字解释教学中的各种专业问题，但在与许多专家的交谈中逐渐发现小提琴教学初级阶段教学法面对的是儿童和家长，过多的专业文字反而使他们变得迷惑不解。因此我们改变了起初的思考方向和写作理念，尽量把德国针对儿童初学小提琴时的循序渐进的童趣教育方式带给中国的孩子、家长以及老师们。所以我们删掉了冗长的文字叙述，改编成琅琅上口的儿歌，引导教师在初级阶段的教学中尽量精简教学语言，提炼出教学中的核心要点，以便帮助孩子和家长记忆。我们在书中配以大量的卡通图片设计的想法主要来源于德国著名小提琴教育家——埃贡·萨斯曼斯豪斯编著的一套针对儿童的小提琴教材，他在第一、二册中采用大量的图片来帮助孩子们学习。因此在教学的初级阶段，我们想用卡通图片来代替文字表达复杂的专业技术问题，启发教师和家长通过形象思维引导孩子进行学习，让枯燥的小提琴技术融入生活趣味，并从生活中寻找练习与教学的灵感。这样的图片方式针对学龄前儿童的教学显得更加的生动有趣。最后在书中我们还选用了一些针对教学方法的谱例，举例说明初级教学的学习要点，这样做是为了结合小提琴的初级音乐教材说明初级阶段在教学中可用的音乐形式或演奏技术中谱例的程度。在书中针对初级阶段的提琴教学课程的构架，其主要宗旨是希望不会拉提琴的孩子能逐步学会演奏，因此所有的技术表述都注重启蒙阶段教学的趣味性、适用性和科学性。我们希望这本书能对在校学习小中提琴表演即将面临儿童教育的大学生带来帮助。

最后，要特别感谢我们的插图作者李涵。他是一个很有灵感，创作能力很强的青年画家，为了记住他创作的本书的主人公：熊熊，我们就把熊熊的名字取名为“涵涵”吧！

在将来的五年内，我们还打算继续编写小提琴教学法的中级和高级读本。希望老师们、朋友们给我们提出宝贵的意见和建议，在这里我要感谢曾经给予我帮助的老师们、朋友及孩子们，特别是小提琴教育家杨宝智教授在谱例中给予我们支持，也感谢本书责任编辑给我们提出了宝贵的修改意见。我们将会更加努力学习和总结相关教学经验，不停的加油并奉献自己的力量。

柯 曦 马 毅

2012年5月30日

目　录



第一课　站　立

一、联想词：弹簧娃娃（图 1—1）



图 1—1

二、 儿歌（图 1—2）

两脚八字尖，
脚肩一样宽。
重量在脚跟，
稳如磐石般。

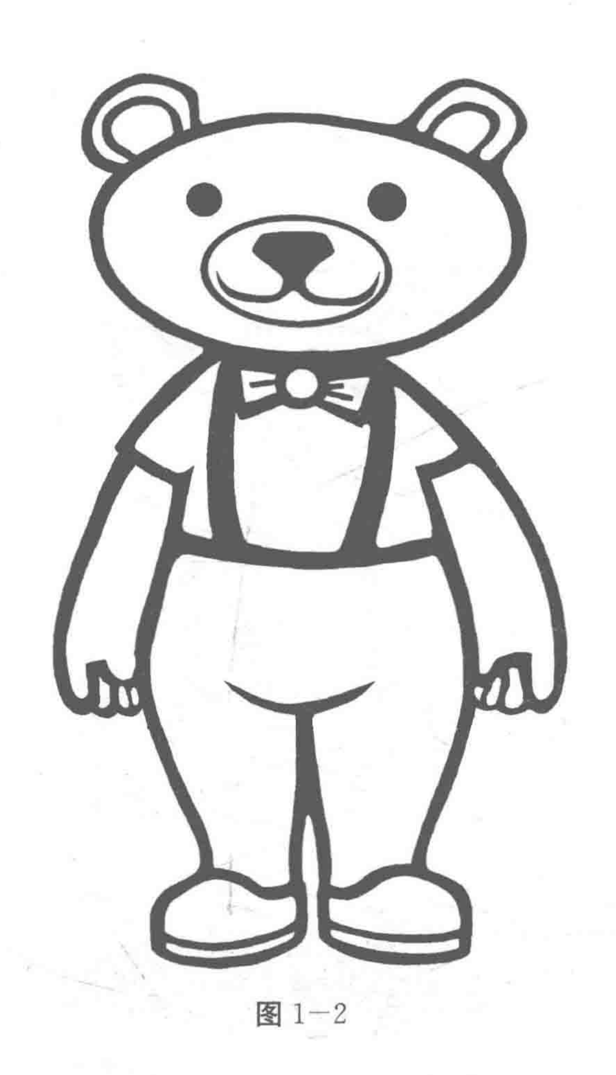


图 1—2

三、 训练方法

1. 深深地吸气。
2. 舒缓地吐气。
3. 在呼吸中感受肩部、身体的松弛。

联想词：闻玫瑰花（图 1—3）



图 1—3

四、 教师小贴士

身体的放松和重心的稳固是练习小提琴时站立的要点，但是，如果我们在教学中过分注意松弛和重心问题，反而容易造成身体的僵硬。因此，我们要多引导小朋友在练习呼吸的过程中感受身体的松弛。

第二课　持　琴

一、联想词：高架桥（图 2—1）

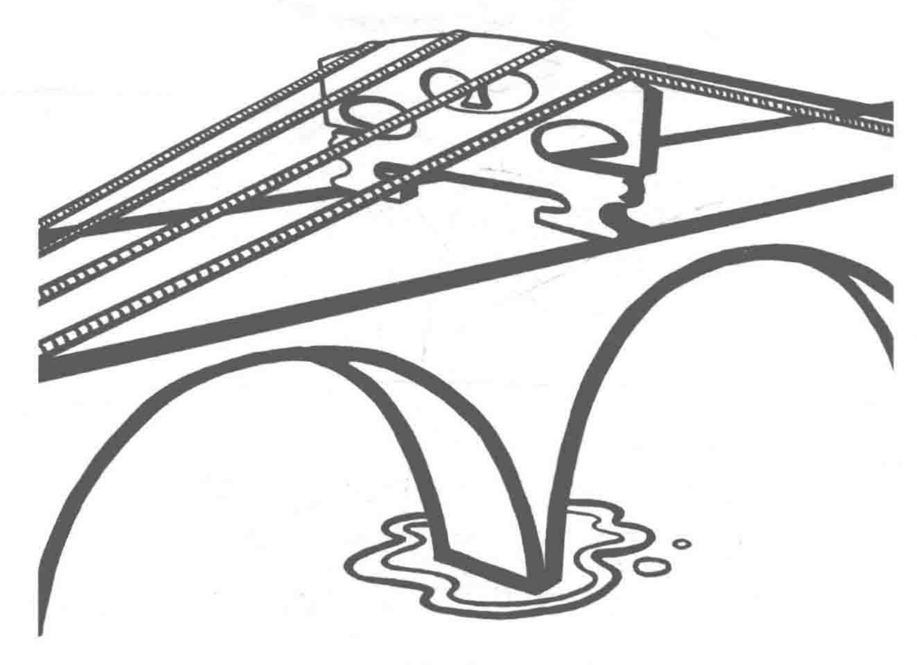


图 2—1

二、儿歌（图 2—2）

提琴与肩是整体，
提琴与颈无缝隙，
就像桥墩与桥梁，
紧密连结在一起。

鼻尖琴头要对准，
左肩勿耸要松平，
左手虎口触琴颈，
莫把琴颈握太紧。



图 2—2

正确的夹琴姿势：左腮勾住腮托，琴尾紧贴左颈，眼睛向琴头看，鼻尖与琴头平行（图 2—2）。

三、 训练方法

1. 举火炬法：想象小提琴像一把火炬，举过头顶。

联想词：自由女神像（图 2—3）。



图 2—3

2. 游泳夹琴法：练习正确的夹琴方式。

双手放开，划动双臂。

游泳姿态向前走（图 2—4）。



图 2—4

3. 乒乓球练习法：放一个乒乓球在两根低音弦中间，球不落地。

四、 教师小贴士

1. 举火炬法的教学目的在于让小朋友把小提琴当成玩具，亲近小提琴。其次，注意体会从举火炬向下落的过程中的持琴特点，帮助小朋友找到自然的琴、颈、肩一线的持琴角度，避免持琴角度直线向前，左肩耸立。

2. 游泳夹琴法的教学目的在于巩固小朋友琴、颈、肩一线的持琴受力角度，解放双臂。

3. 乒乓球练习法的教学目的在于巩固小朋友持琴时掌握平衡的能力，避免持琴过低或过高。



第三课　静态持弓

一、联想词：鸡蛋（图 3—1）

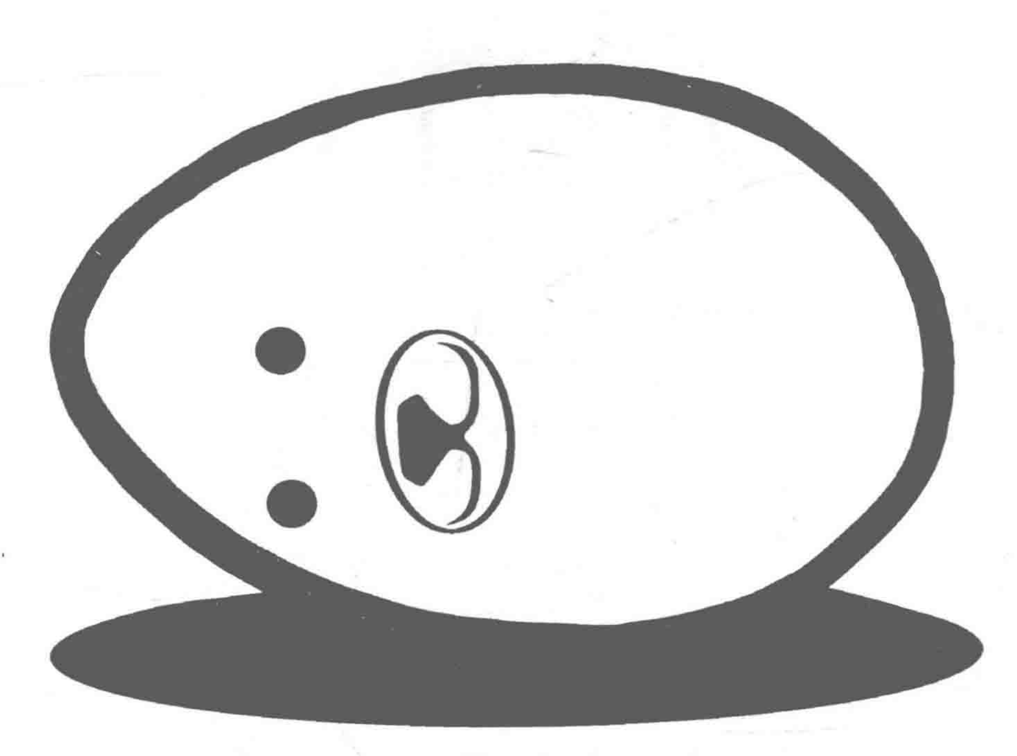


图 3—1

二、儿歌

拇指直立顶弓杆，
滑动定位最关键。
中指弯腰呈圆环，
像握鸡蛋圆又圆。
无名手指靠旁边，
小指轻轻站弓杆。
还有食指怎么办？
靠在一二关节间。

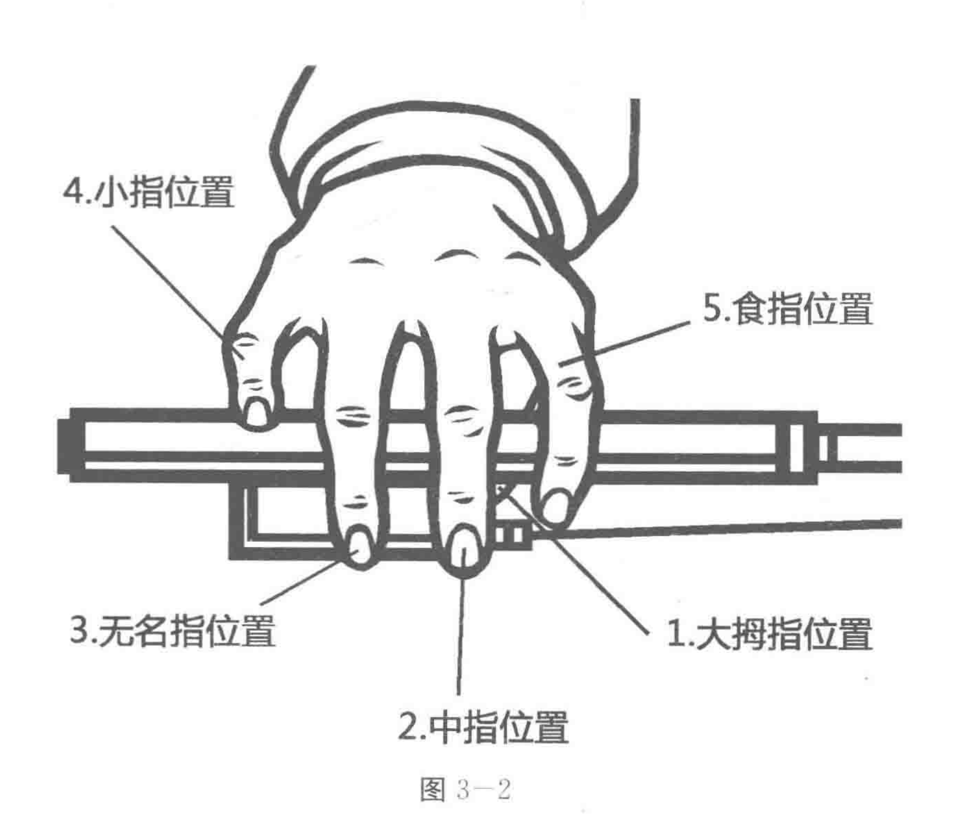


图 3—2

三、训练方法（图 3—3）

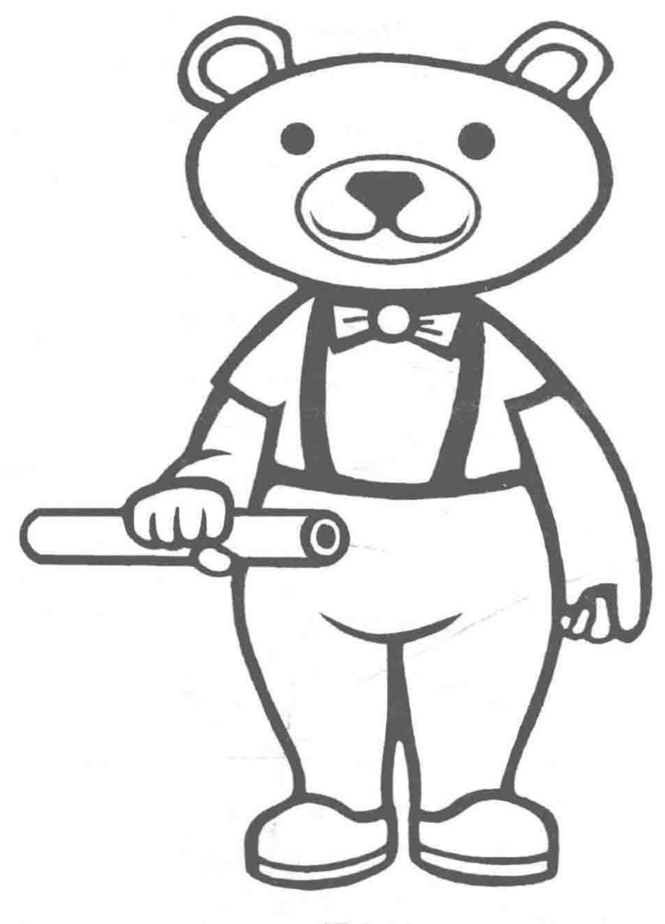


图 3—3

1. 握纸筒持弓。
2. 握铅笔持弓。
3. 握琴弓持弓。

四、教师小贴士

1. 请老师按照儿歌顺序进行各个手指的正确摆放，此环节非常重要，但常常被忽略。

2. 大拇指“微笑”。

3. 小手指“站立”。

4. 食指的位置。

5. 注意持弓中手指的力量。

第四课　动态持弓

一、 训练方法

1. 持弓操：孩子们以正确持弓的手型握好报纸筒，诵读儿歌，开始右手练习。目的在于让小朋友体会向下运弓的省力和向上运弓的发力。

(1) 联想词：小船（图 4—1）。

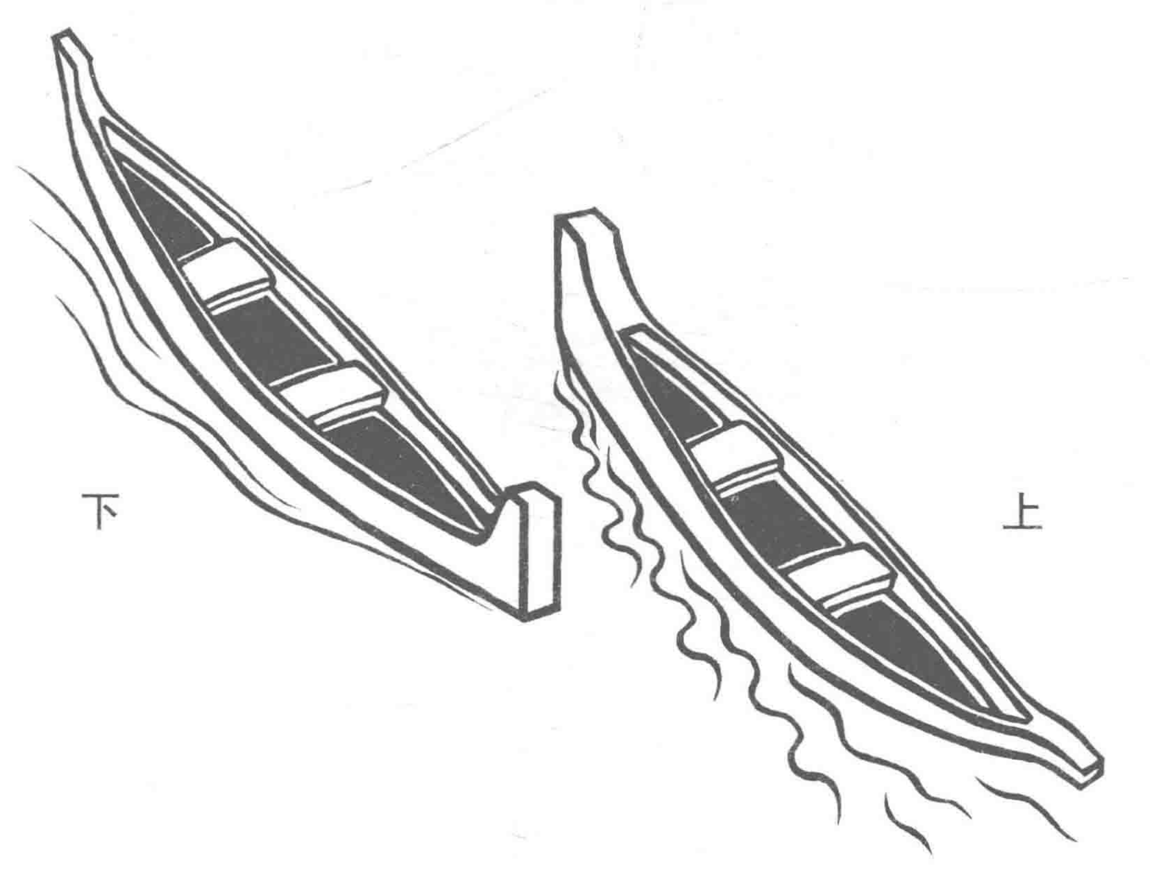


图 4—1

（2）儿歌。

运弓向下拉，
如船向下游。
平稳向下划，
轻轻顺水流。
运弓向上拉（推），
如船向上游。
使劲划呀划，
逆流莫松手。

2. 摇弓：手握纸筒，手心向上与向下的翻转动作。

（1）联想词：摇摆挂钟（图 4—2）。



图 4—2

(2) 儿歌。

墙上挂钟真勤劳，
不分昼夜往前跑。
小手摇弓像钟摆，
匀速用力左右摇。

3. 右手手腕练习：手握纸筒，手腕的抬头、平行、低头动作（图 4—3）。

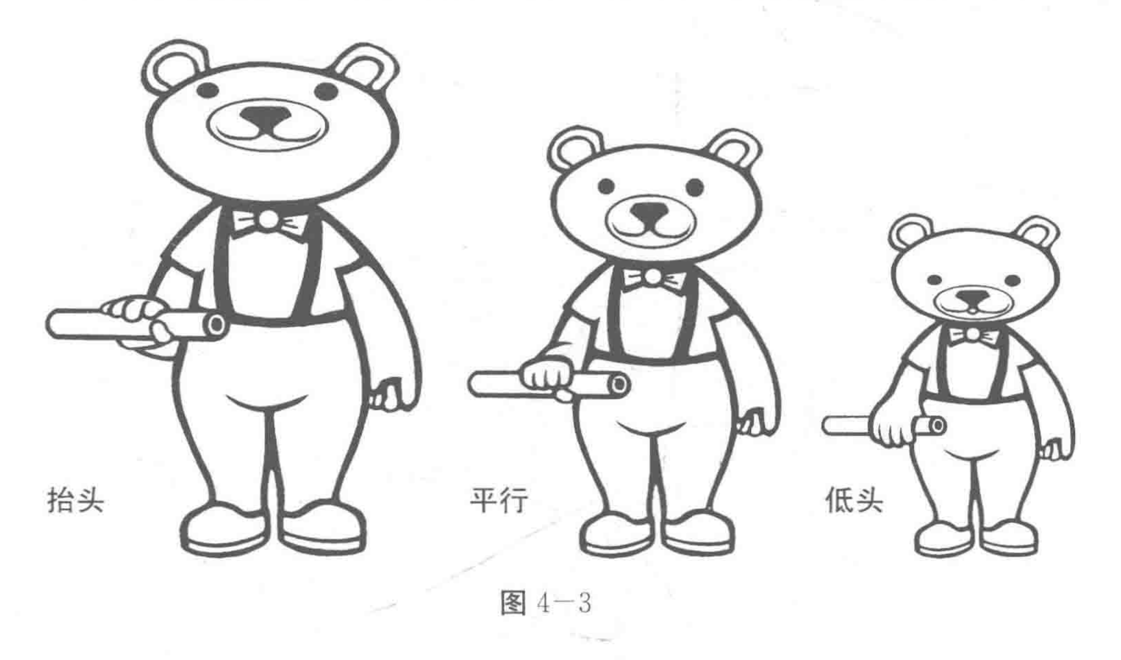


图 4—3

(1) 联想词：挖挖机（图 4—4）。



图 4—4

（2）儿歌。

挖挖机本领大，
抬头低头都不怕。
运腕就像挖挖机，
灵活自如人人夸。

4. 右手手指练习之一：右手持弓后把弓子立起来，然后手指从弓根向弓尖移动，然后手指再从弓尖回到弓根。

（1）联想词：小猴爬树（图4—5）。



图4—5

（2）儿歌。

椰子高高挂树干，
小猴摘果向上攀。
几个小猴好伙伴，
来来回回往家搬。

5. 右手手指练习之二：右手正常持弓，从食指开始围绕弓杆“里外里外”的运动，可以把手指想象成在跨栏。食指、中指、无名指和小指都要练习，大拇指画圆圈。

（1）联想词：跨栏（图 4—6）。

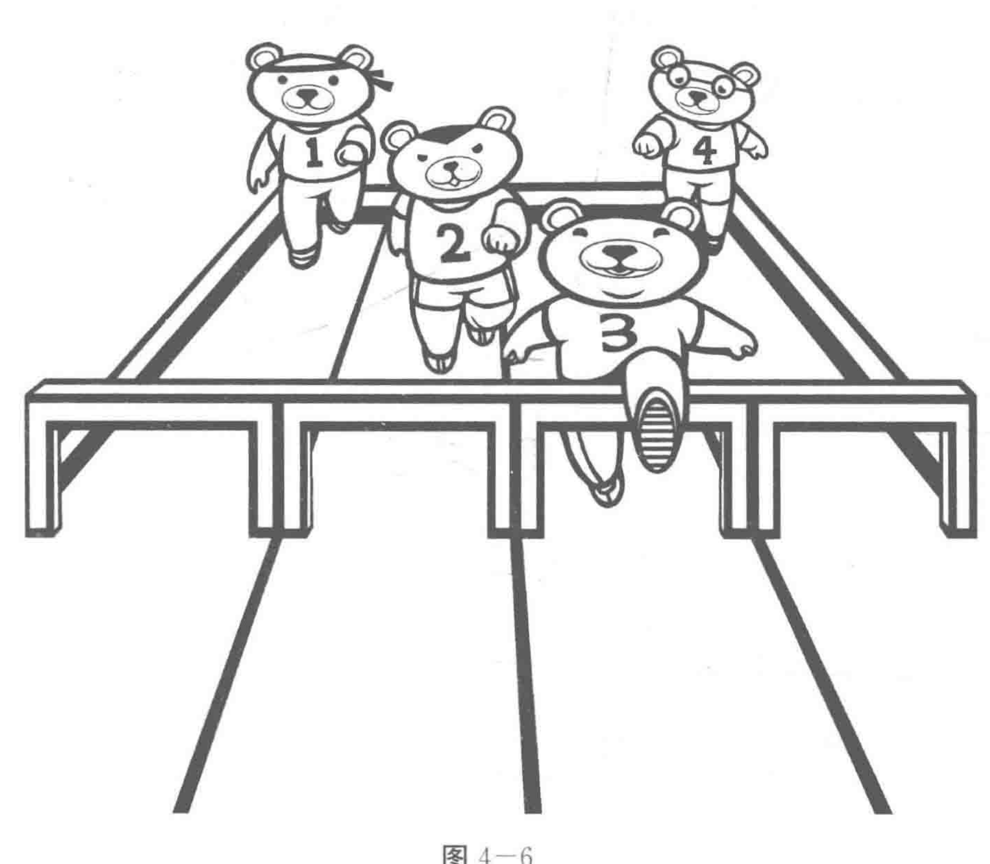


图 4—6



（2）儿歌。

五个指头好伙伴，
大家都是运动员。
拇指大哥做裁判，
伸伸懒腰划划圆。
其他四个运动员，
一起准备跨栏杆。
里外不停来回翻，
每人要跨十个栏。
谁的身手最敏捷，
就是最佳运动员。

二、教师小贴士

1. 老师与小朋友共同在儿歌诵读中做持弓练习，在大声朗诵儿歌的过程中反复练习持弓。

2. 持弓练习的目的在于锻炼手指和手腕的灵活性。教师需要在以上持弓动态练习中，注意学生手型的稳定性。

小　结

以上内容为初级启蒙教学的第一阶段，该阶段教学要点为：

1. 老师通过儿歌游戏的方式进行教学，在轻松愉快的教学风格中，让学生做练习动作的同时保持身体的放松。

2. 老师注意遵循教学过程中使用纸筒、铅笔、琴弓的逐步更替过程进行教学。避免一开始就直接使用琴弓练习，这样容易造成学生肌肉紧张、手型难看等问题。

第五课　中　弓

中弓：就是指琴弓正中二分之一处的弓段（图 5—1）。

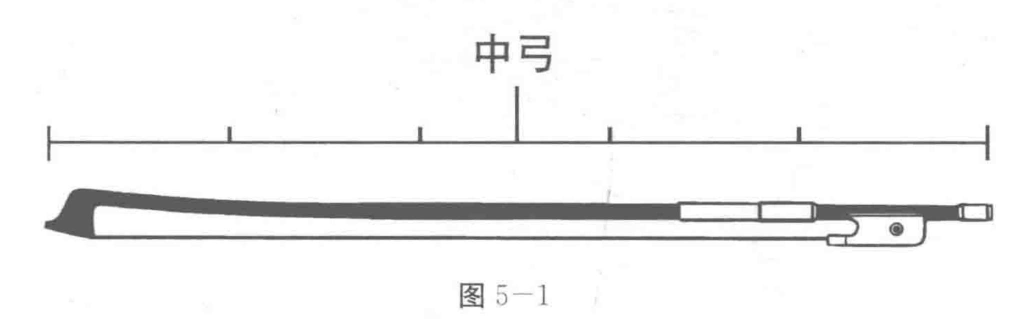


图 5—1

一、联想词：十字架（图 5—2）

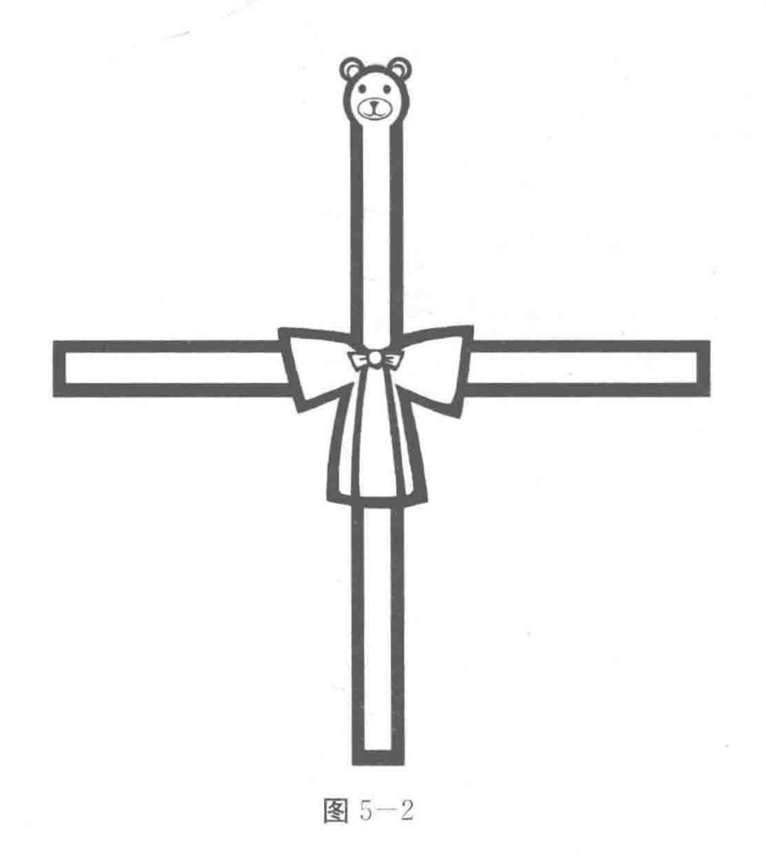


图 5—2

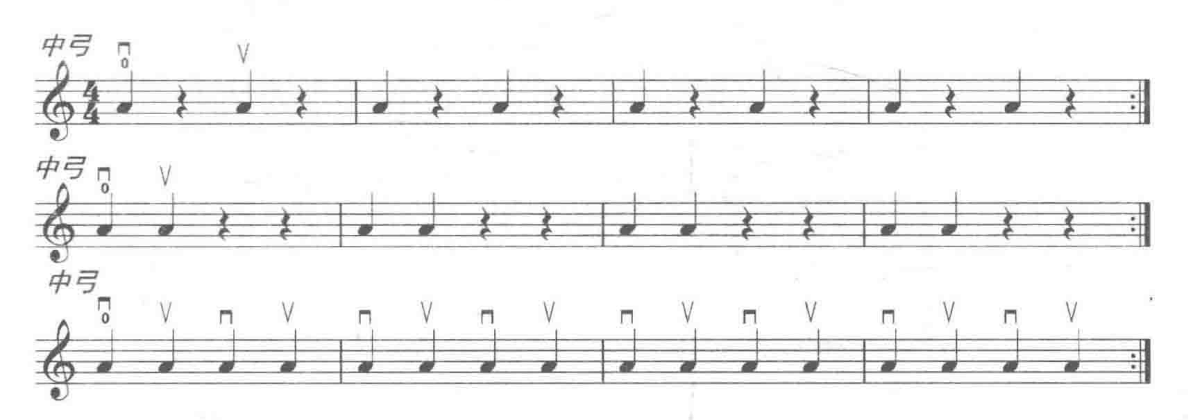
二、儿歌（图 5—3）

图 5—3

小提琴分弓段，
中弓进入最方便。
弓与琴成十字架，
轻轻搭放在琴弦。
注意打开右手肘，
来来去去认真练。
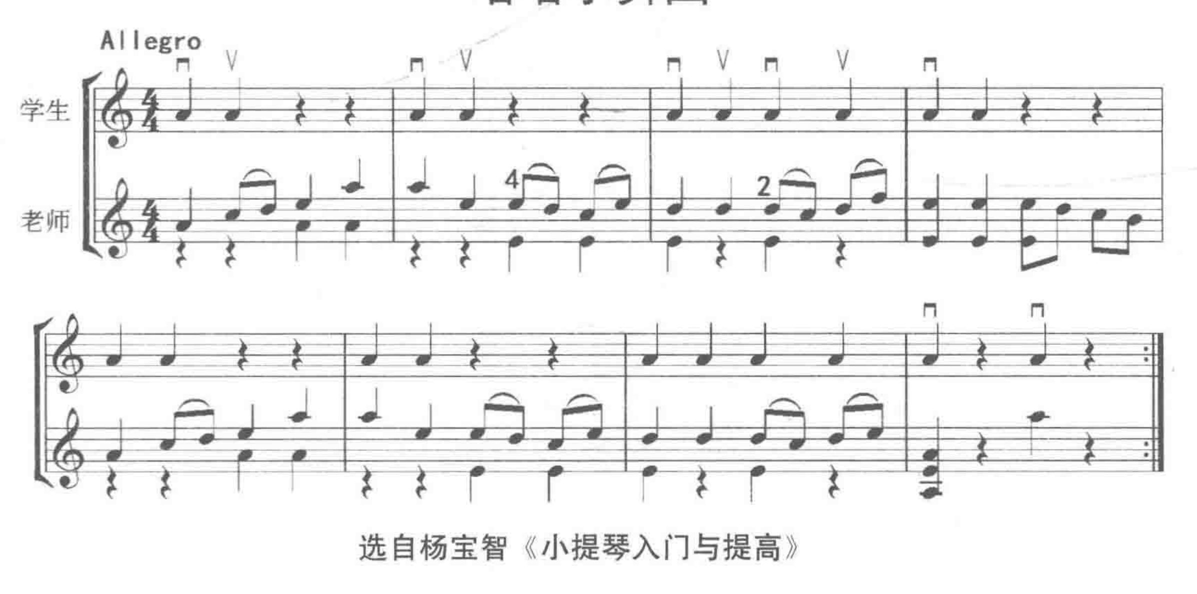
三、训练方法

1. 中弓搭在二弦上，右手肘呈 90°直角。
2. 用胶布贴出中弓位置。
3. 诵读儿歌，做中弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 5—1）。



在练习中弓过程中，孩子容易觉得枯燥，教师可用双声部给孩子加入伴奏和声（谱 5—2）。

塔塔尔舞曲



选自杨宝智《小提琴入门与提高》

四、教师小贴士

1. 用胶布贴中弓的位置不是指绝对的二分之一弓段处，而是指右手肘呈 90°直角时握弓的位置（因为小朋友的手长短不一，老师需要按照具体情况确定中弓位置）（图 5—4）。

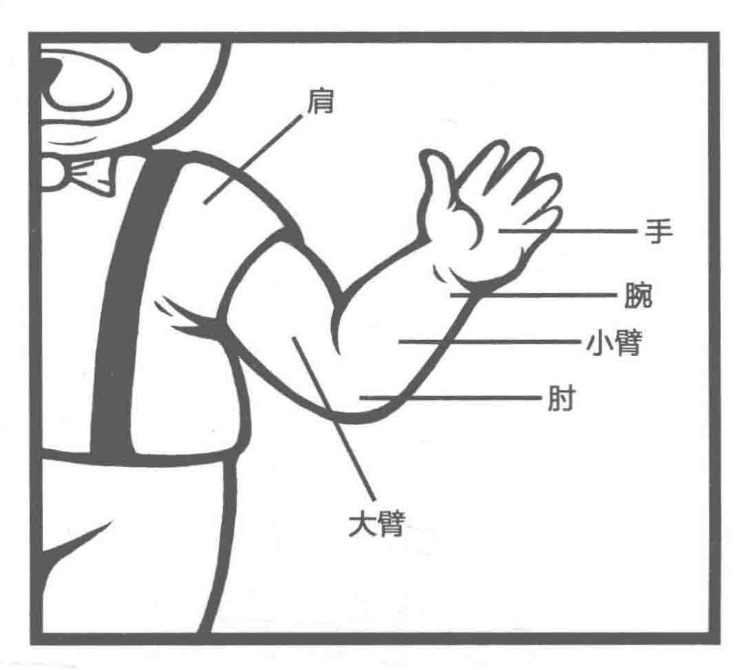


图 5—4

2. 小提琴空弦的启蒙教学尽可能从二、三弦开始。因为二弦和三弦在四根琴弦的中间，对整个右手找平面是非常舒适的状态。

3. 初学不主张从一弦和四弦进入的原因：一弦位置偏低，弦很细，容易造成孩子肩肘部夹紧的运弓坏习惯。四弦位置高，弦较粗，会造成右手手臂和手腕的紧张，同时容易让孩子们觉得学习小提琴非常困难，影响自信心（图 5—5）。

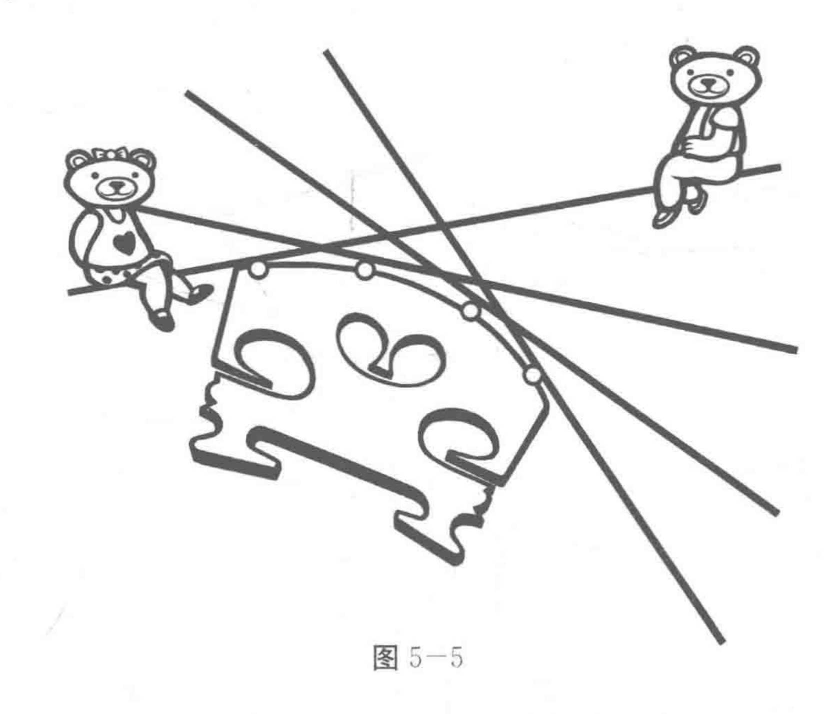


图 5—5

第六课　上半弓

上半弓：从弓中心点到弓尖的弓段为上半弓（图 6—1）。

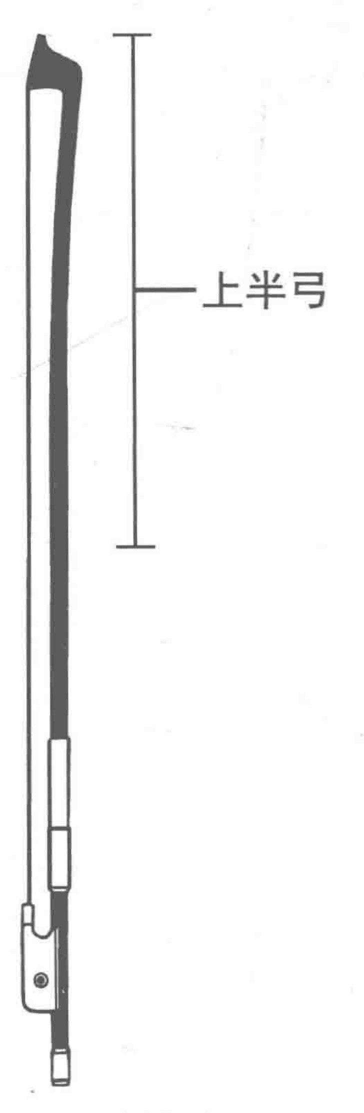


图 6—1

一、联想词：小红旗（图6—2）

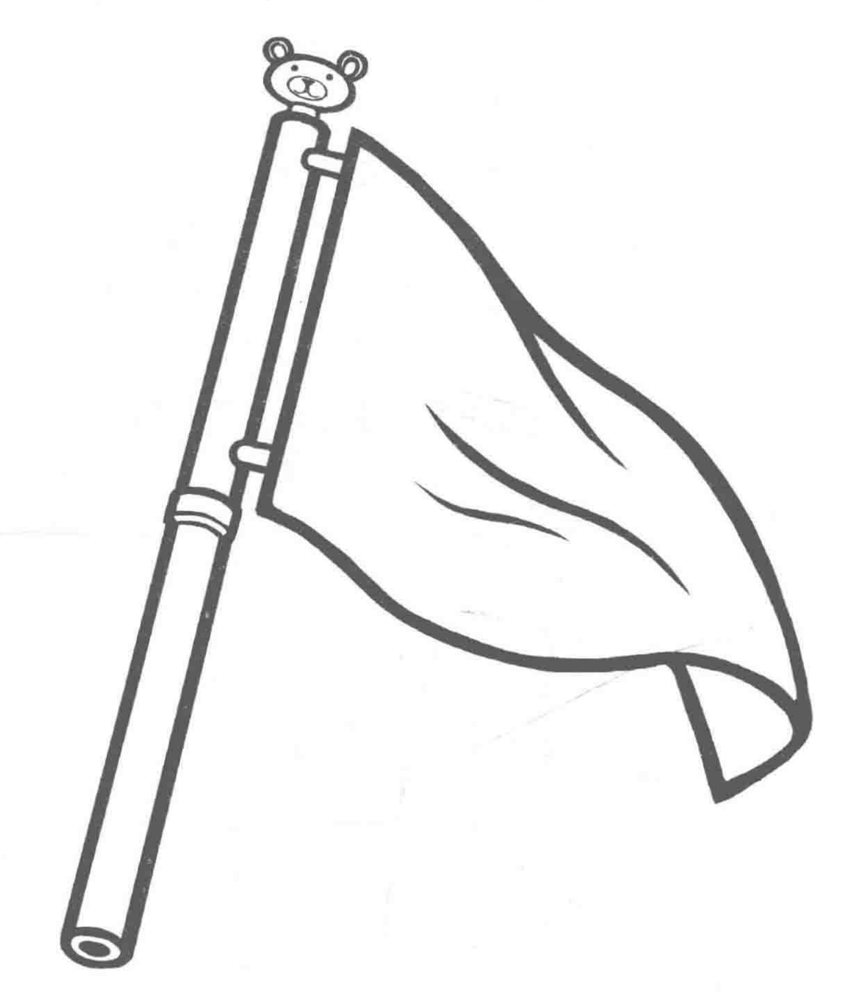


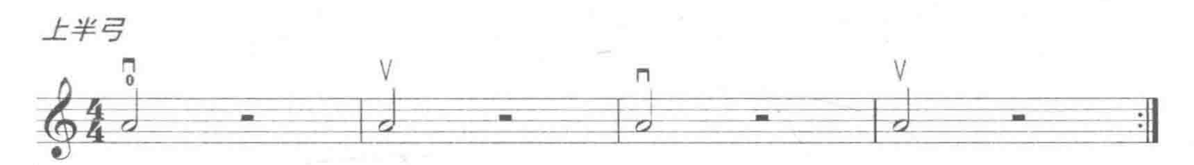
图6—2

二、儿歌
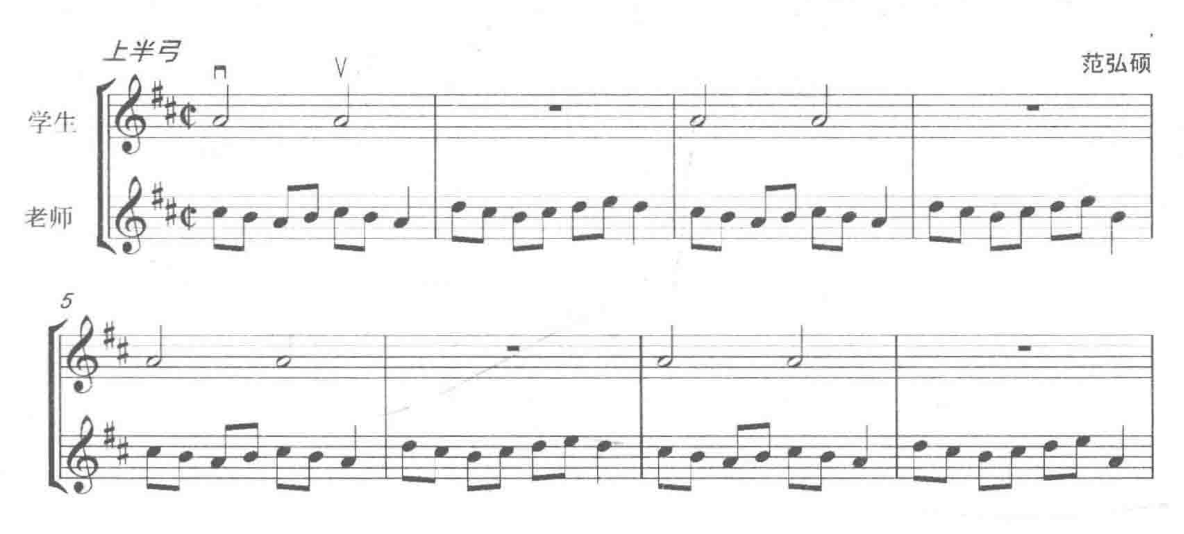
小提琴弓段多，
现在开始上半弓。
肩颈肌肉要放松。
手臂平稳推送弓，
就像轻风吹旗动。

三、训练方法

1. 诵读儿歌，做二分音符上半弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 6—1）。



在练习上半弓过程中，孩子容易觉得枯燥，教师可用双声部给孩子加入二分音符伴奏和声（谱 6—2）。
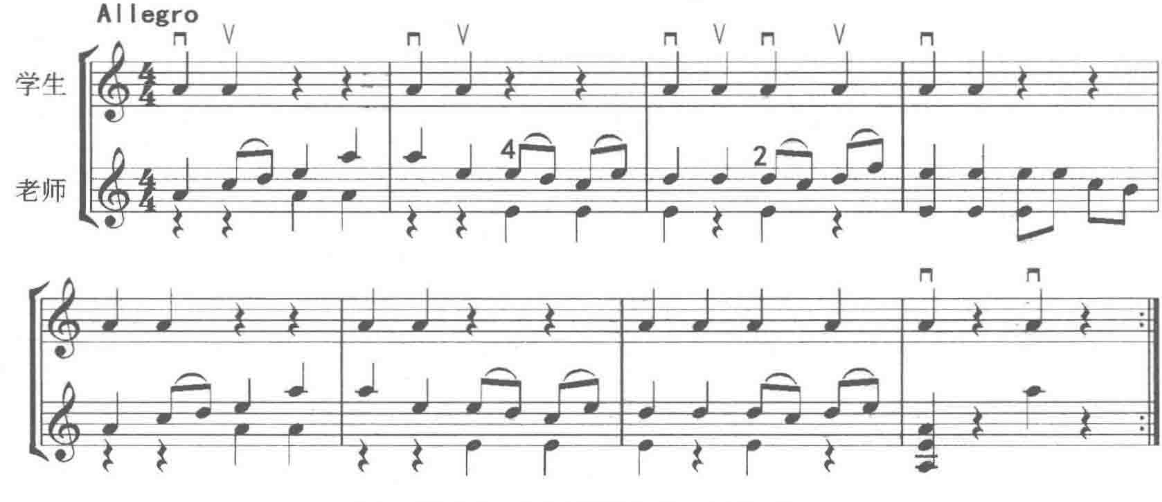


2. 诵读儿歌，做四分音符上半弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 6—3）。



3. 在练习上半弓过程中，孩子容易觉得枯燥，教师可用双声部给孩子加入四分音符伴奏和声（谱 6—4）。

塔塔尔舞曲



选自杨宝智《小提琴入门与提高》

四、 教师小贴士

1. 注意小朋友右手小手臂向前推。
2. 谱例的编排遵循由慢到快的练习原则。

第七课　下半弓

下半弓：从弓中心点到弓根的弓段为下半弓（图 7—1）。

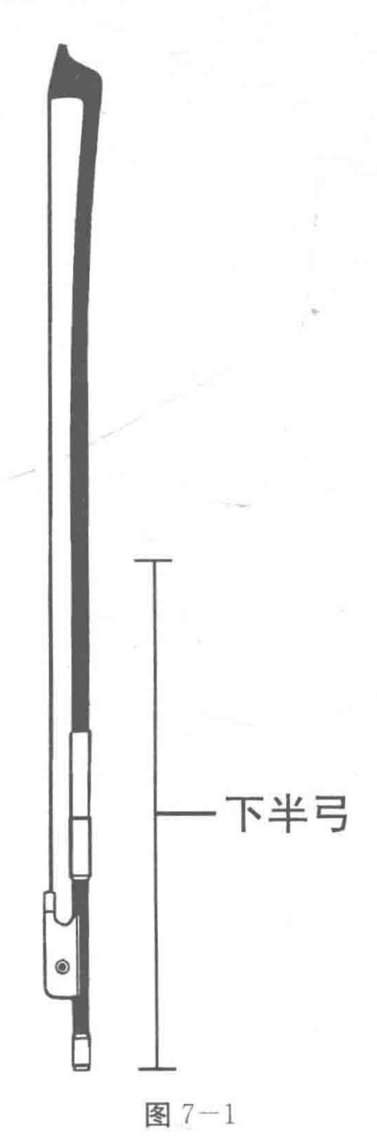


图 7—1

一、 联想词：推车（图 7—2）

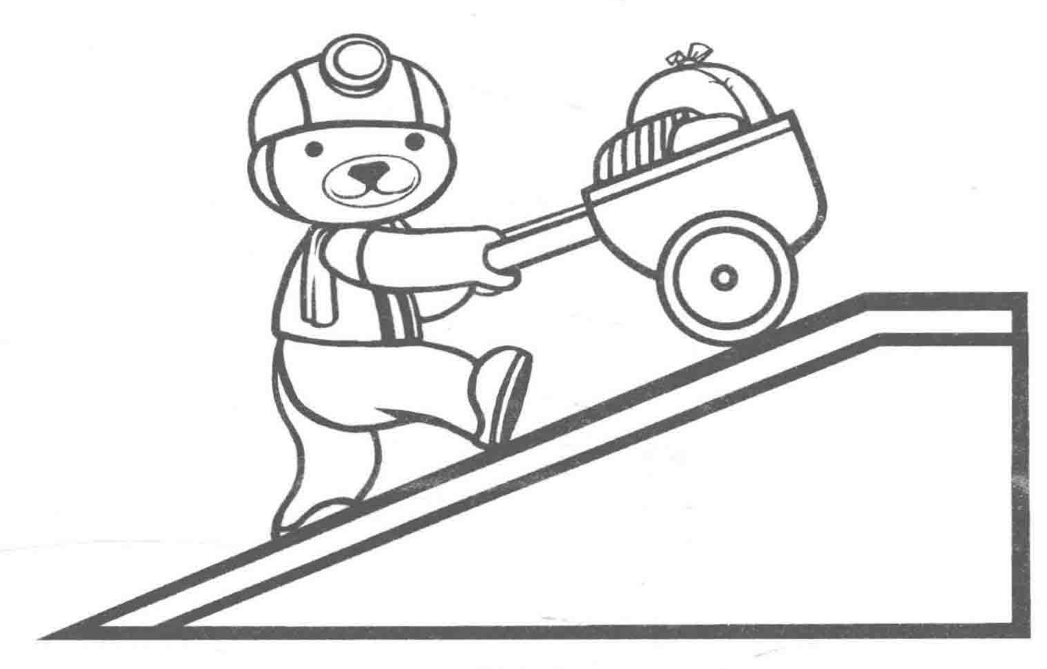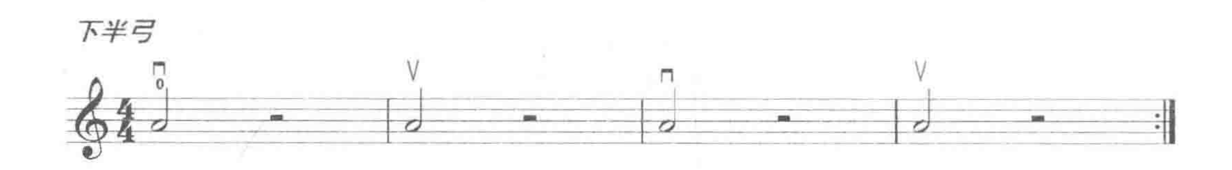


图 7—2

二、 儿歌
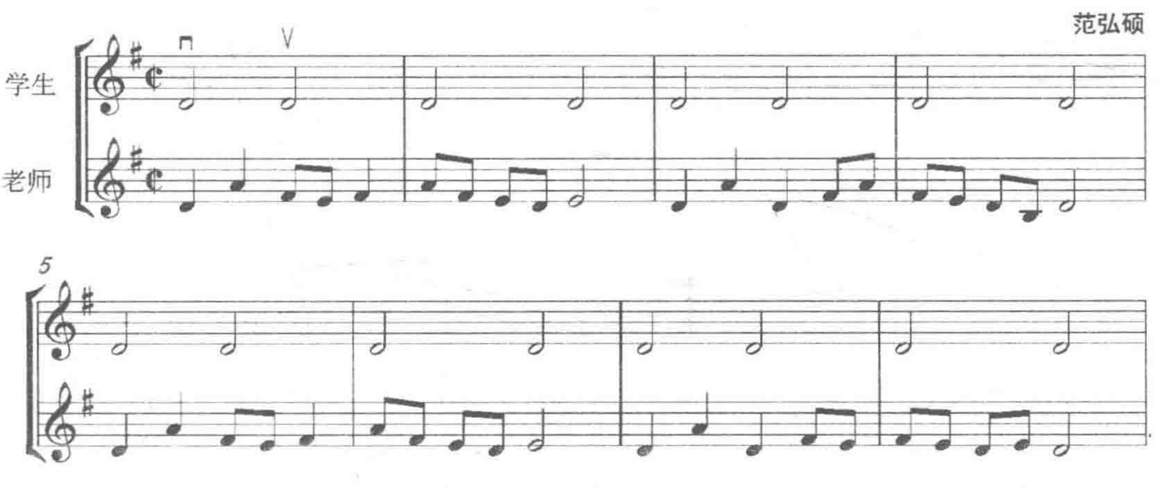
开始练习下半弓，
肩颈肌肉要放松。
力量落在弓根上，
臂沉腕灵慢拉送。
送弓如推车上坡，
拉弓运弓至弓根。

三、 训练方法
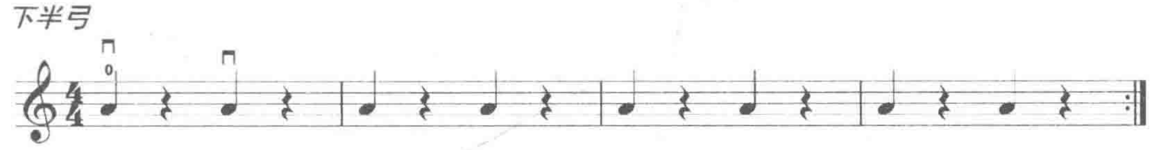
1. 诵读儿歌，做二分音符下半弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 7—1）。



2. 在练习下半弓过程中，孩子容易觉得枯燥，教师可用双声部给孩子加入二分音符伴奏和声（谱 7—2）。
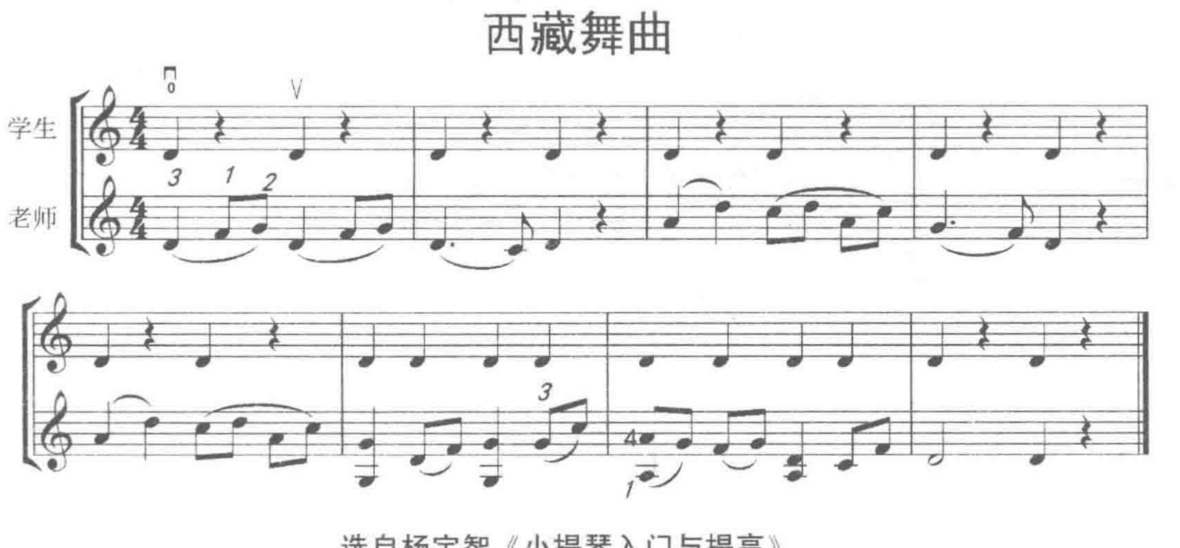


3. 诵读儿歌，做四分音符下半弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 7—3）。



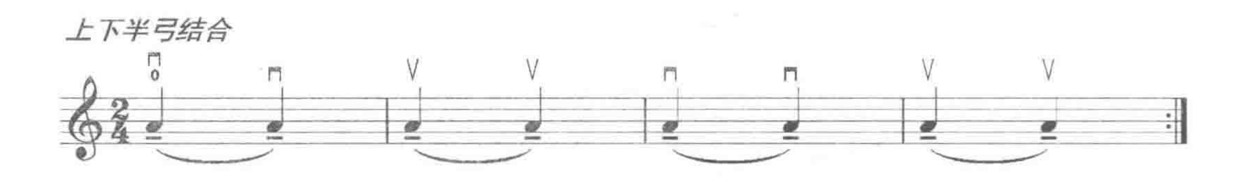
1. 在练习下半弓过程中，孩子容易觉得枯燥，教师可用双声部给孩子加入四分音符伴奏和声（谱 7—4）。

西藏舞曲



选自杨宝智《小提琴入门与提高》

2. 上半弓与下半弓综合练习（谱 7—5）。



四、 教师小贴士

拉下半弓时，充分调动手腕的灵活性，运弓至弓根底部。

第八课　全　弓

全弓：从弓根到弓尖的弓段为全弓（图 8—1）。

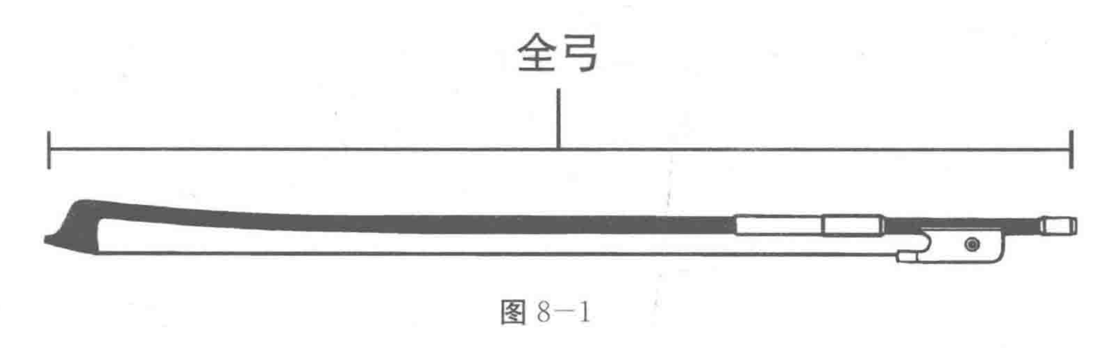


图 8—1

一、 联想词： 上下斜坡（图 8—2）

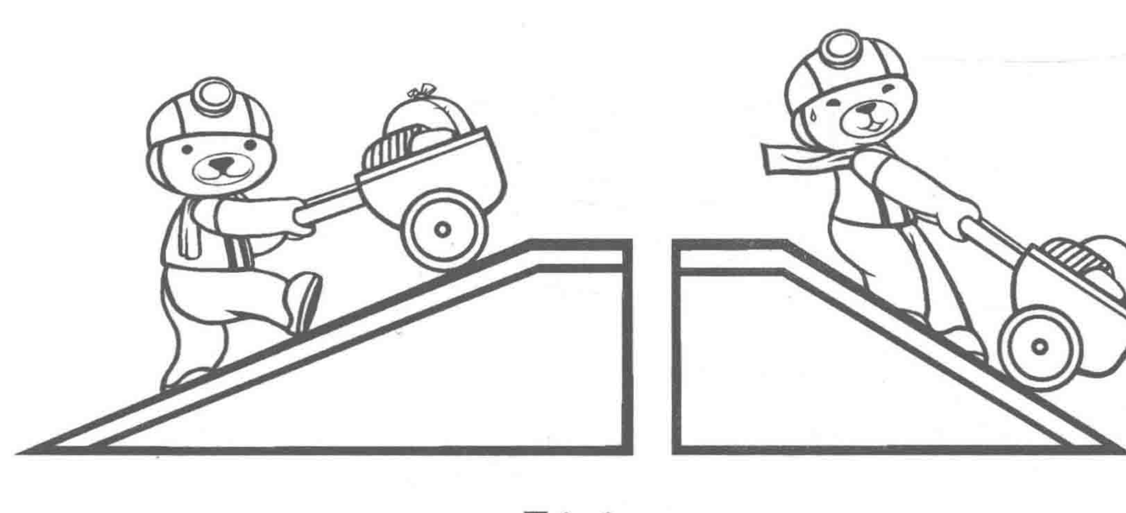


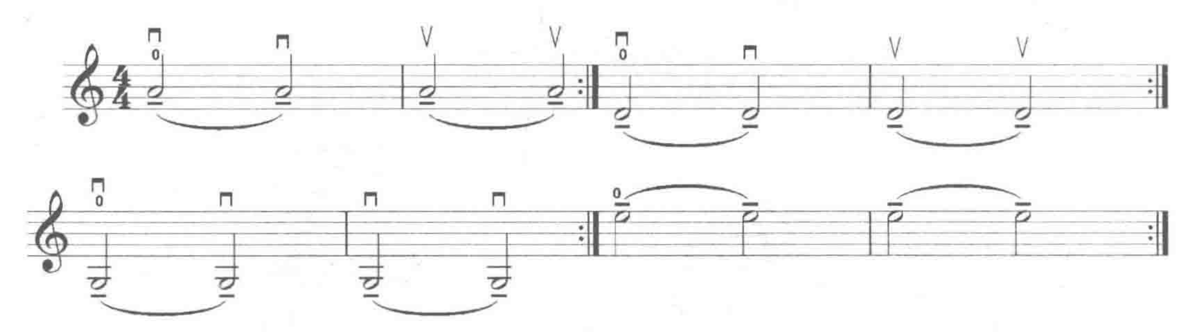
图 8—2

二、儿歌

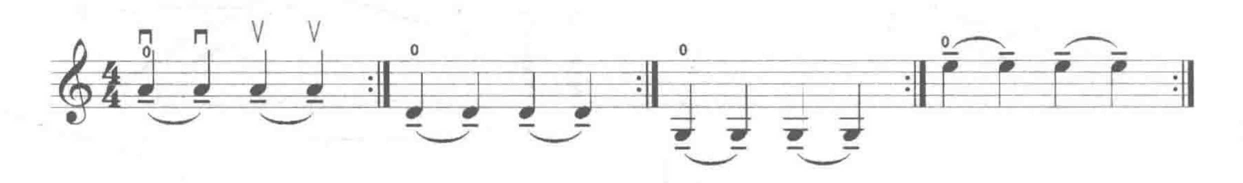
小提琴，弓段多，
全弓练习上下坡，
勿停勿顿要整合。
力量落在弓根上，
不慌不忙向下拖。
肩臂肘腕指配合，
下弓如同下斜坡，
上弓推车如上坡，
来回运弓要灵活。

三、训练方法

1. 诵读儿歌，做二分音符上半弓、下半弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 8−1）。

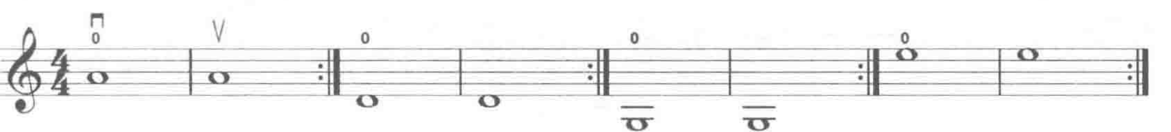


2. 诵读儿歌，做四分音符上半弓、下半弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 8−2）。



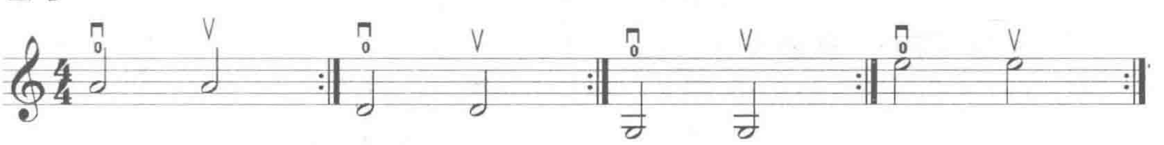
3. 诵读儿歌，分别在四根弦上做全音符全弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 8—3）。

全弓
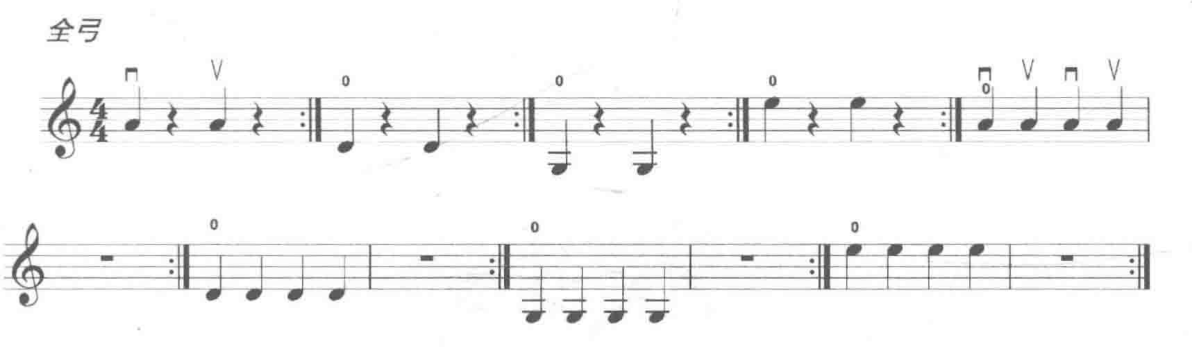


4. 诵读儿歌，分别在四根弦上做二分音符全弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 8—4）。

全弓



5. 诵读儿歌，分别在四根弦上做四分音符全弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 8—5）。

全弓



四、 教师小贴士

1. 儿歌中提到的“六个动作相配合”指的是运全弓时肩、大臂、手肘、小臂、手腕、手指六个动作的结合。

2. 由于小朋友手臂有长有短，全弓运弓从弓根开始，运至手臂打开，略微弯曲处，而不需要绝对要求运至弓尖处。

3. 例谱 8—5，老师可以提示小朋友联想下弓“冲浪”，上弓“冲天炮”的思维形象。本练习的目的在于让孩子们忘记运弓的技术困难，体会弓速的自由和快乐。

4. 经过前面二、三弦的练习，本阶段可进入四根弦的全面练习。

第九课　双弦中弓

双弦中弓：中弓弓段上的双弦练习。

一、 联想词：轨道火车（图 9－1）



图 9－1

二、儿歌
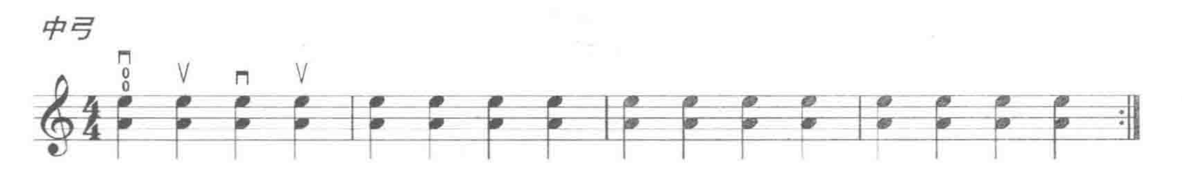
双弦好比是铁轨，
中弓火车平稳推。
两根琴弦不偏离，
受力均匀和弦美。
二三、一二、三四弦，
火车换行不同轨。
运弓勿重也勿轻，
和弦和声人陶醉。

三、训练方法

1. 诵读儿歌，做二、三弦上四分音符中弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 9—1）。



2. 诵读儿歌，做一、二弦上四分音符中弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 9—2）。



3. 诵读儿歌，做三、四弦上四分音符中弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 9—3）。



四、 教师小贴士

1. 双弦弓段练习的目的在于为将来作品中出现的大量双弦和弦演奏做准备。

2. 练习双弦弓段技术的要点为：弓子平稳的黏在两根弦之上，受力均匀，弓毛与双弦摩擦发音，同时以同样的力度发出和声。

3. 双弦弓段练习的音色应该是圆润、和谐、优美的。小朋友在练习过程中需要通过听觉来调整右手的力度，避免运弓过程中用力过大，发出嘈杂音。相反，运弓过程中力量过轻，音色会飘。

第十课　双弦上半弓

双弦上半弓：上半弓弓段上的双弦练习。

一、联想词：轨道火车（图 10—1）

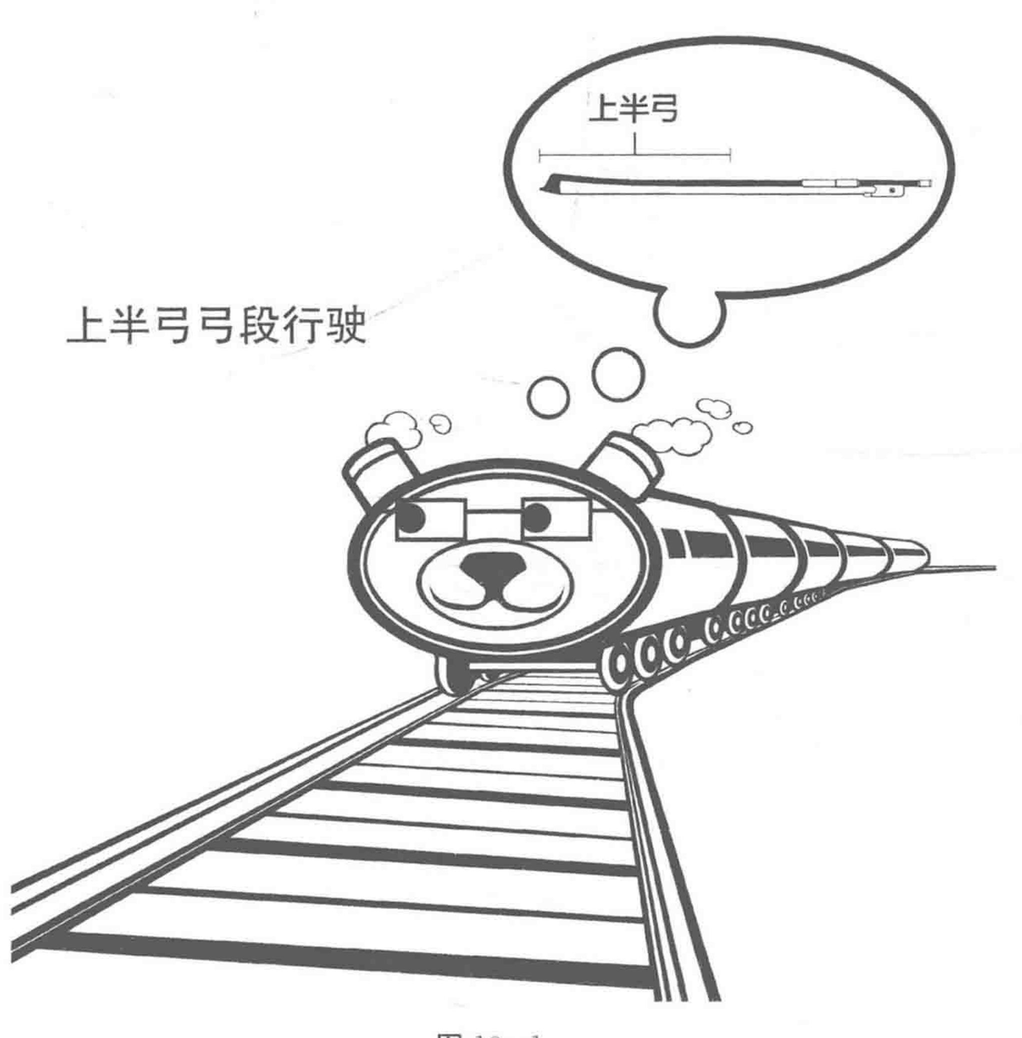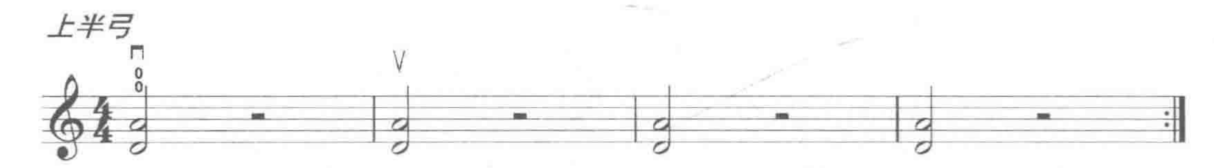


图 10—1

二、 儿歌
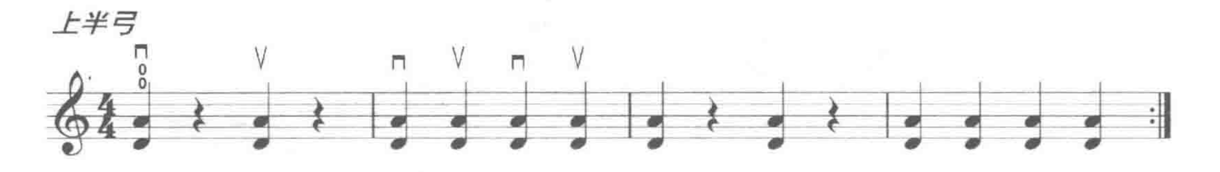
双弦好比是铁轨，
上半弓要平稳推。
两根琴弦不偏离，
受力均匀和弦美。
上弓用力在车头，
肩松肘平腕轻挥。

三、 训练方法

1. 诵读儿歌，做二、三弦上二分音符上半弓双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱10—1）。
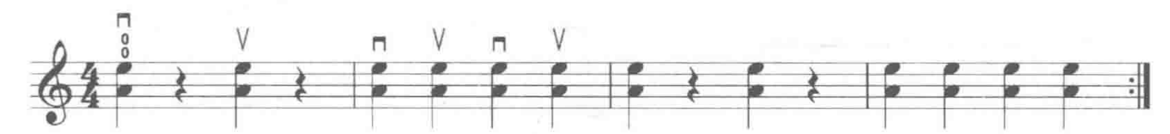


2. 诵读儿歌，做二、三弦上四分音符上半弓双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱10—2）。



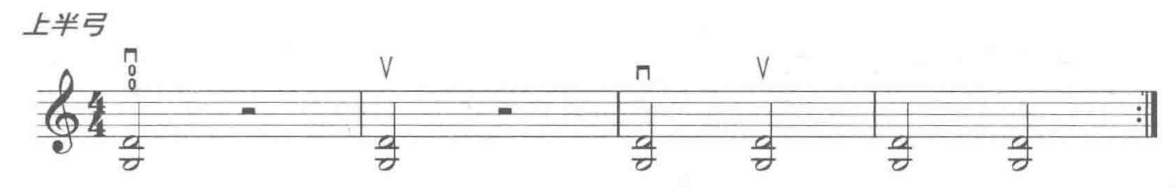
3. 诵读儿歌，做一、二弦上二分音符上半弓双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱10—3）。
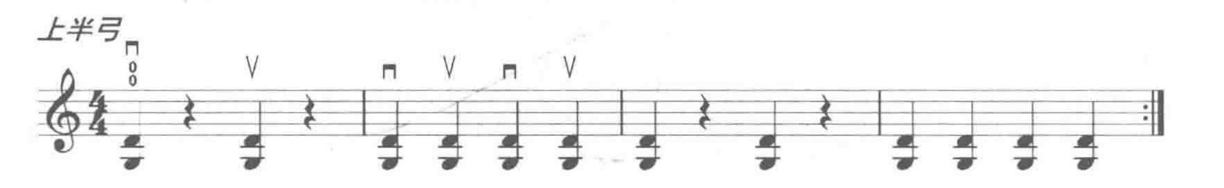


4. 诵读儿歌，做一、二弦上四分音符上半弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 10—4）。



5. 诵读儿歌，做三、四弦上二分音符上半弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 10—5）。



6. 诵读儿歌，做三、四弦上四分音符上半弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 10—6）。



四、 教师小贴士

参见双弦中弓贴士。

第十一课　双弦下半弓

双弦下半弓：下半弓弓段上的双弦练习。

一、联想词：轨道火车（图 11—1）

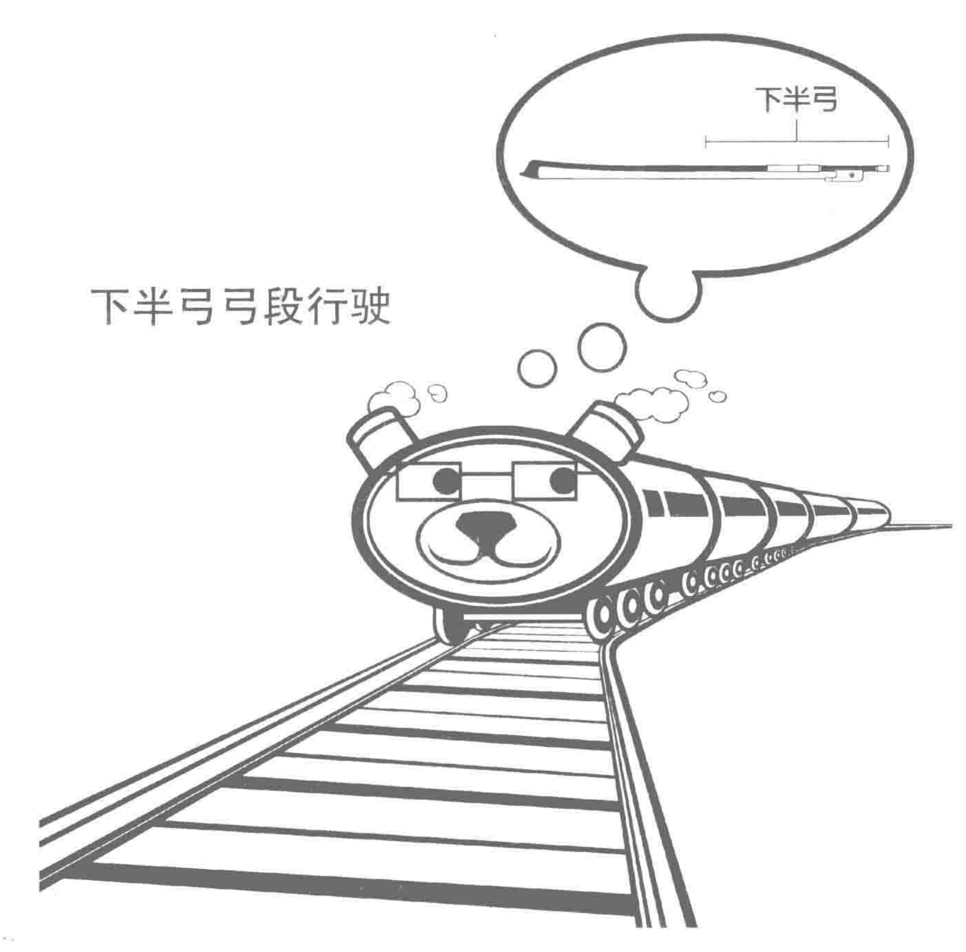


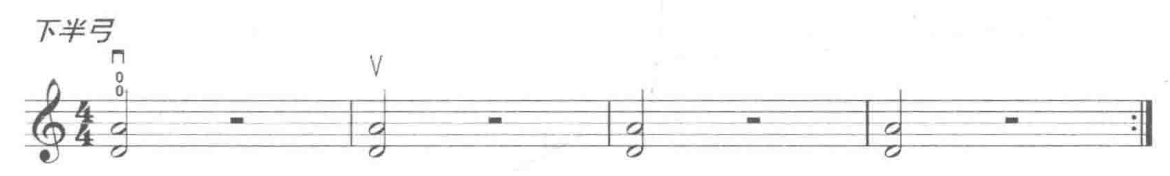
图 11—1

二、儿歌
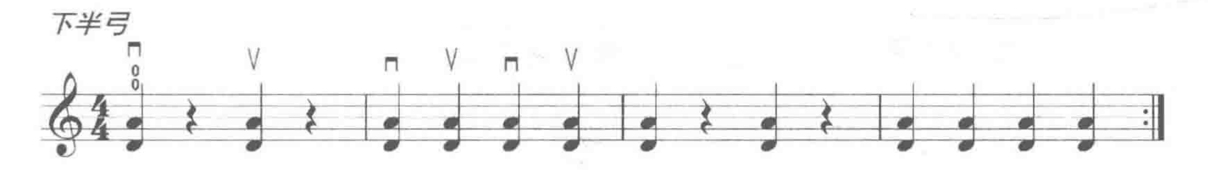
双弦好比是铁轨，
下半弓犹如火车推。
两根琴弦不偏离，
受力均匀和弦美。
下弓用力在车尾，
肩松肘平腕轻挥。

三、训练方法
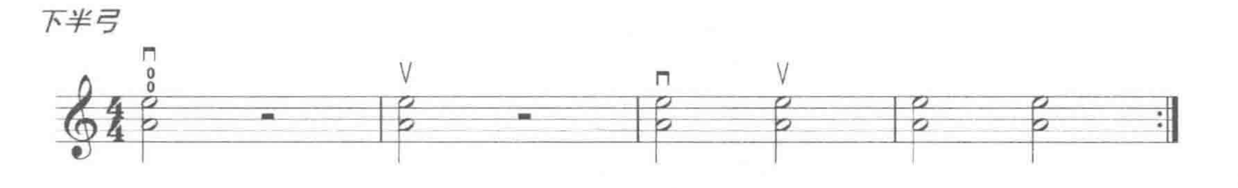
1. 诵读儿歌，做二、三弦上二分音符下半弓双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱11—1）。
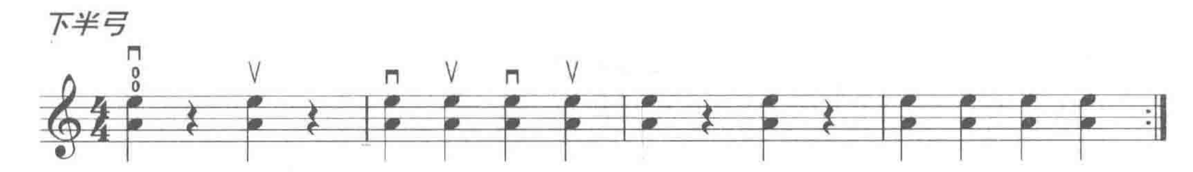


2. 诵读儿歌，做二、三弦上四分音符下半弓双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱11—2）。
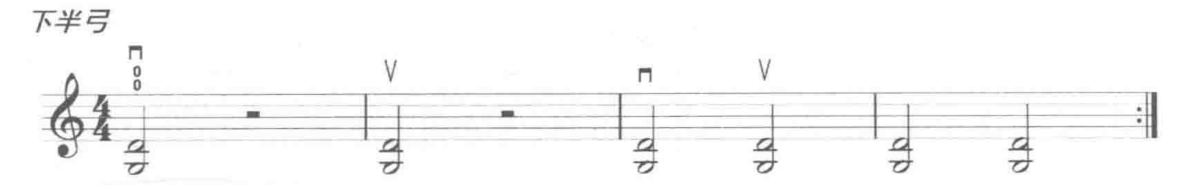


3. 诵读儿歌，做一、二弦上二分音符下半弓双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱11—3）。
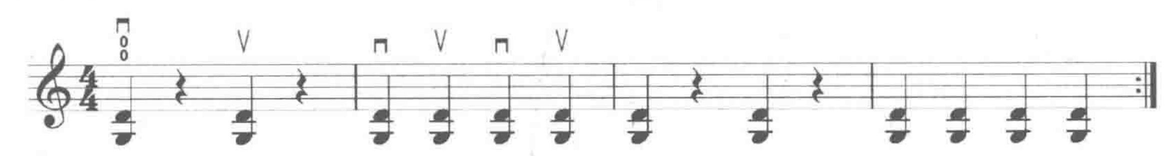


4. 诵读儿歌，做一、二弦上四分音符下半弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 11—4）。



5. 诵读儿歌，做三、四弦上二分音符下半弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 11—5）。



6. 诵读儿歌，做三、四弦上四分音符下半弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 11—6）。



四、 教师小贴士

参见双弦中弓贴士。

第十二课　双弦全弓

双弦全弓：全弓弓段上的双弦练习。

一、联想词：轨道火车（图 12—1）

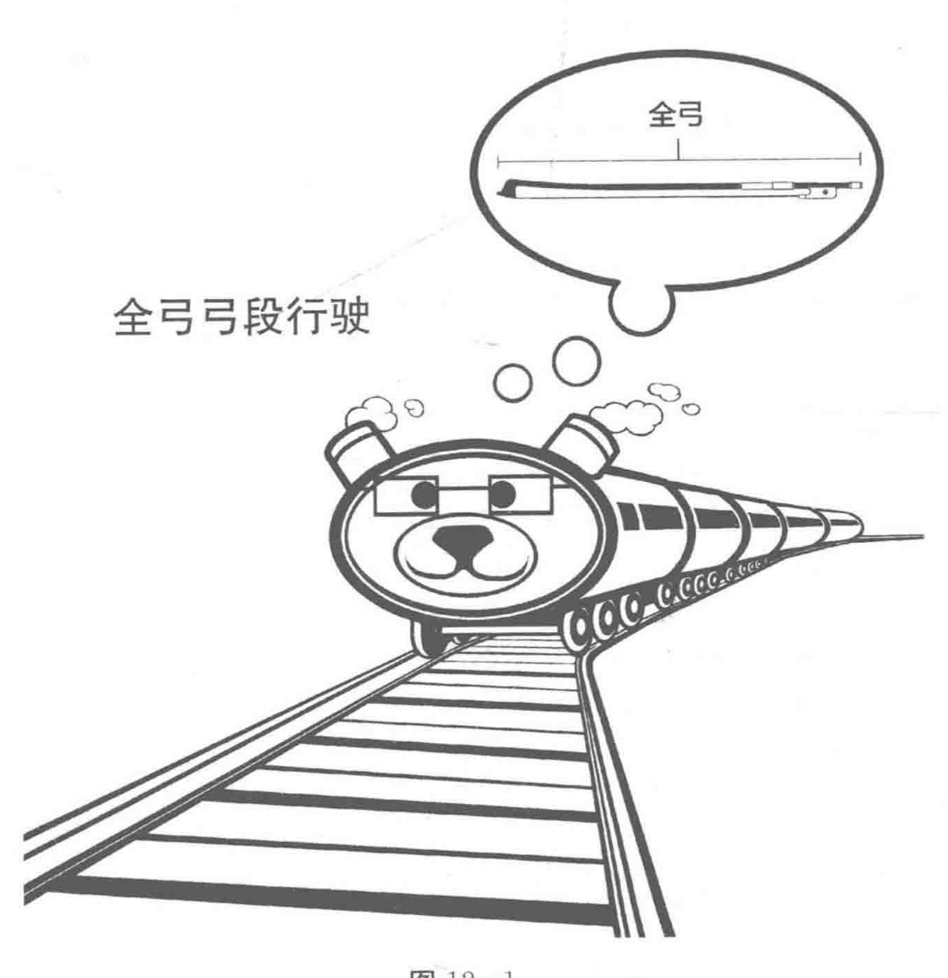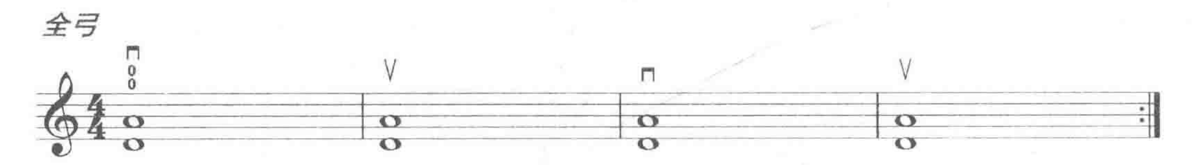


图 12—1

二、儿歌

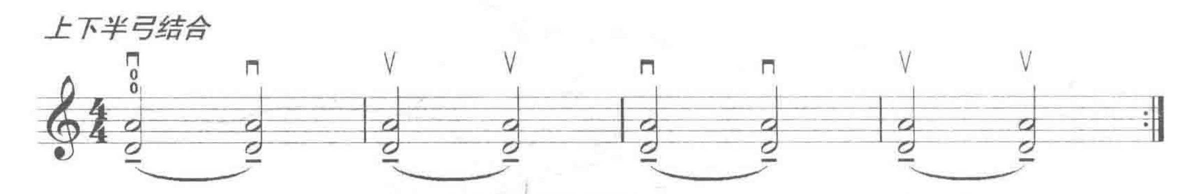
双弦好比是铁轨，
全弓火车平稳推。
两根琴弦不偏离，
受力均匀和弦美。
全弓用力平和稳，
肩松肘平腕轻挥。

三、训练方法
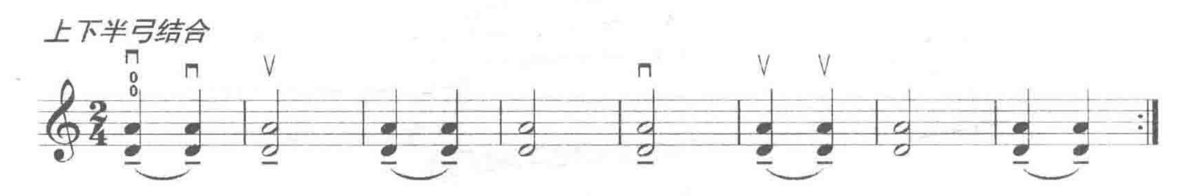
1. 诵读儿歌，做二、三弦上全音符双弦全弓练习，来回练习10次可稍作休息（谱12—1）。
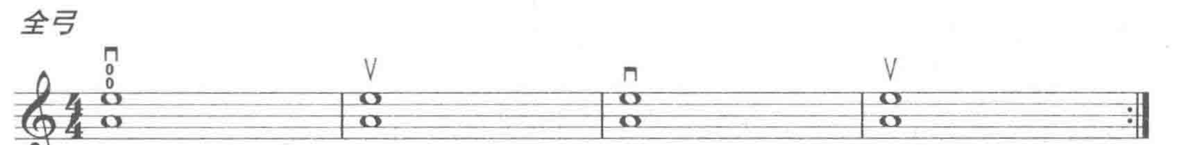


2. 诵读儿歌，做二、三弦上二分音符上下半弓结合双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱12—2）。
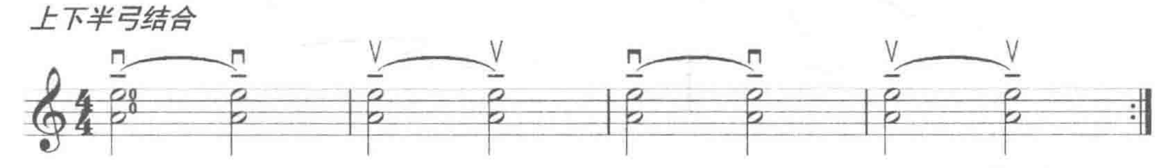


3. 诵读儿歌，做二、三弦上四分音符上下半弓结合双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱12—3）。
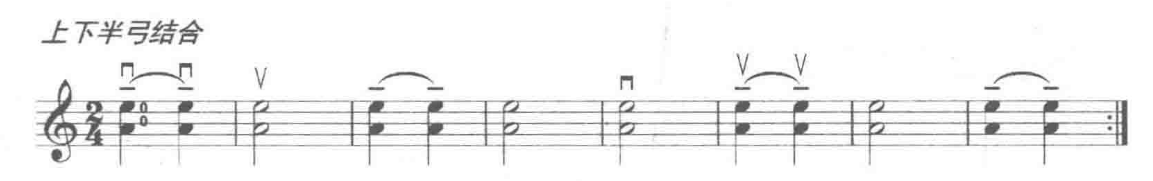


4. 诵读儿歌，做一、二弦上全音符全弓双弦练习，来回练习10次可稍作休息（谱12—4）。



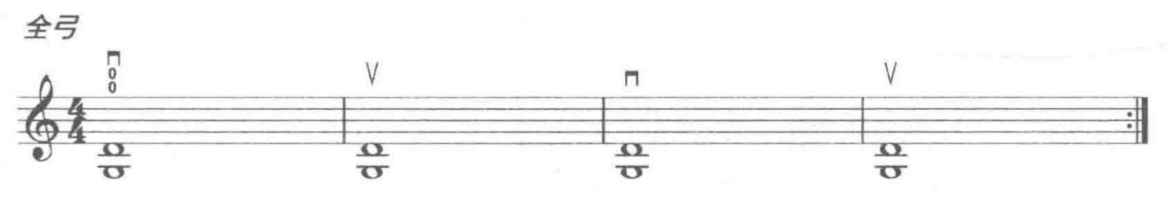
5. 诵读儿歌，做一、二弦上二分音符上下半弓结合双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 12—5）。



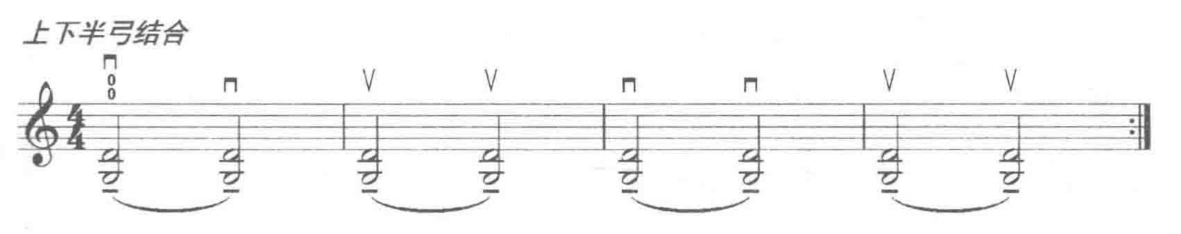
6. 诵读儿歌，做一、二弦上四分音符上下半弓结合双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 12—6）。



7. 诵读儿歌，做三、四弦上全音符全弓双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 12—7）。

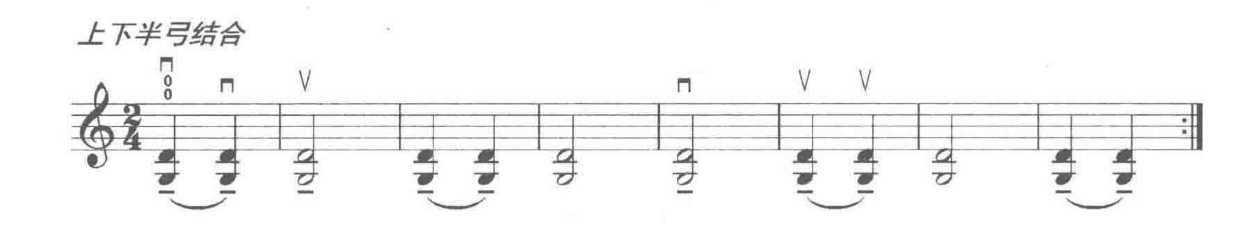


8. 诵读儿歌，做三、四弦上二分音符上下半弓结合双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 12—8）。



9. 诵读儿歌，做三、四弦上四分音符上下半弓结合双弦练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 12—9）。

上下半弓结合
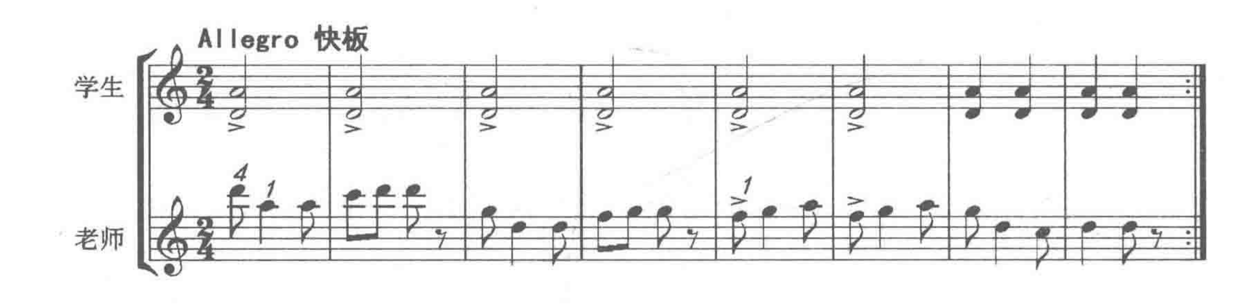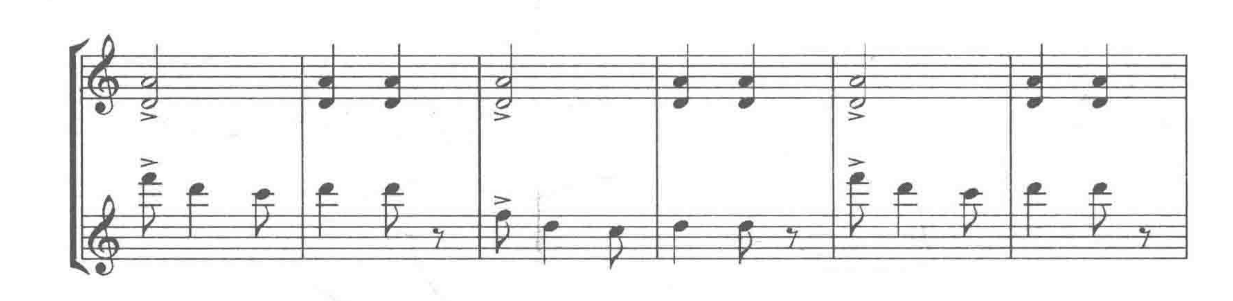


四、 教师小贴士

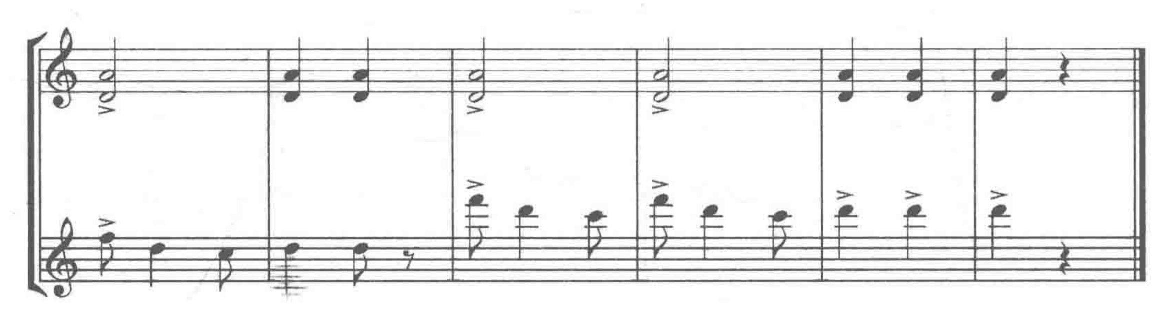
1. 当学生双弦练习枯燥时，教师可加入和声给学生伴奏（谱 12—10、谱 12—11）。

（谱 12—10）

彝族同胞盖新房
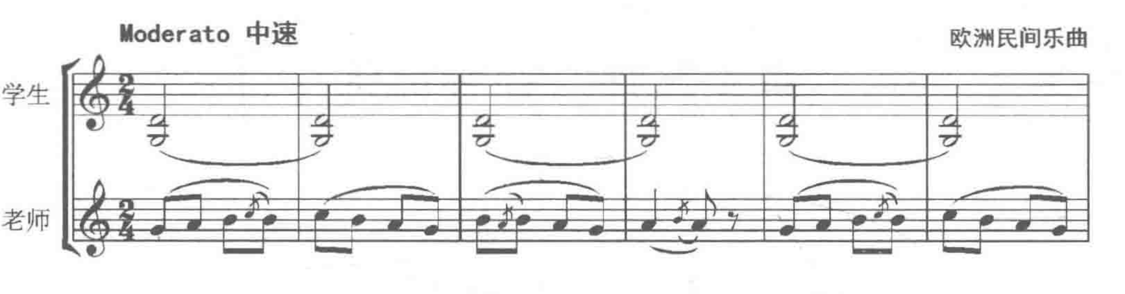






选自杨宝智《小提琴入门与提高》
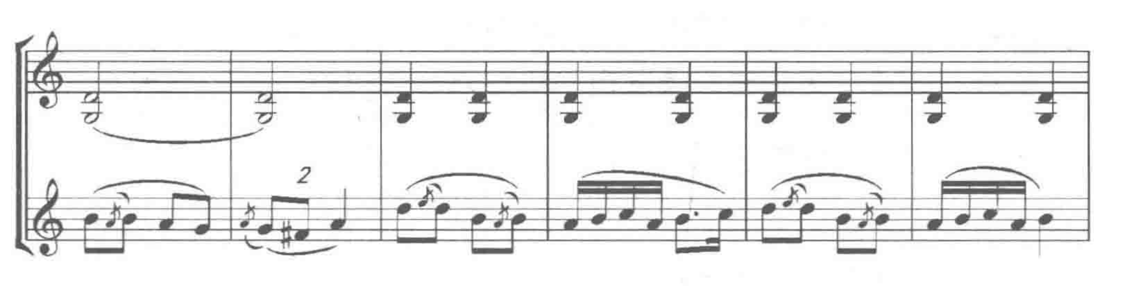
（谱 12－11）

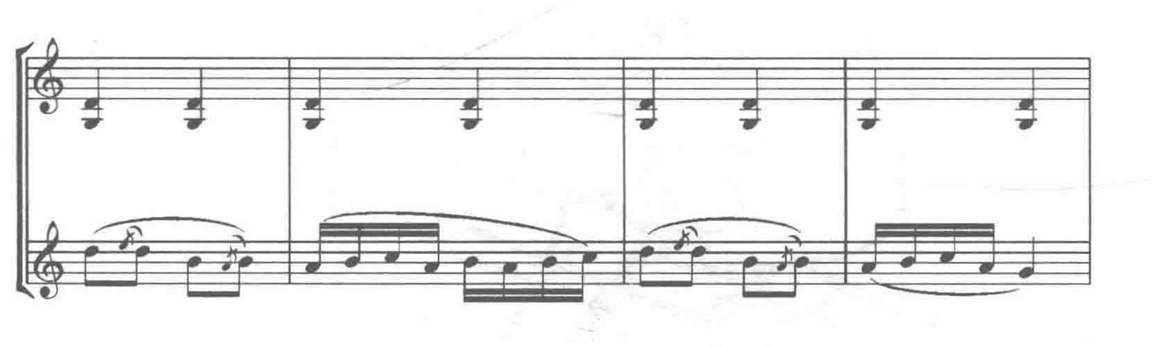
风 笛
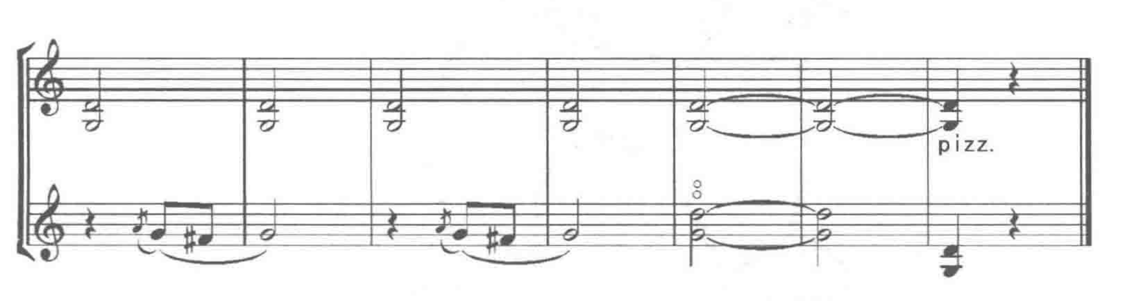
Moderato 中速

欧洲民间乐曲









选自杨宝智《小提琴入门与提高》

2. 在空弦弓段学习中注意学生掌握上下运弓时的反作用力量。

第十三课　顿弓训练

小常识

顿弓：是小提琴技巧训练的一种基本弓法，弓法特点为快速起奏、中间停顿，以达到训练学生手臂的爆发力和瞬间放松的目的。

一、联想词：射箭（图 13－1）



图 13－1

二、儿歌
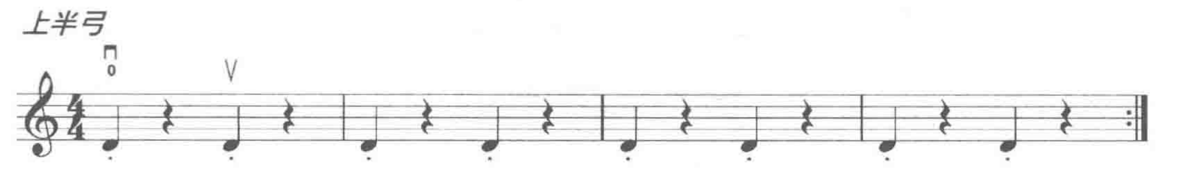
顿弓如射箭，
全身神气敛。
瞄准接触点，
突然箭离弦。
音发快而脆，
音停亦突然。

三、训练方法
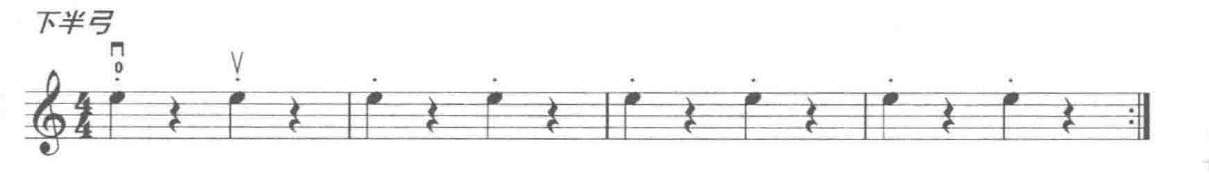
1. 诵读儿歌，做二弦上四分音符全弓顿弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 13—1）。



2. 诵读儿歌，做三弦上四分音符上半弓顿弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 13—2）。



3. 诵读儿歌，做一弦上四分音符下半弓顿弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 13—3）。



4. 诵读儿歌，做四弦上八分音符中弓顿弓练习，来回练习 10 次可稍作休息（谱 13—4）。



四、教师小贴士

1. 顿弓演奏要点：起奏时手臂的力量搭在琴弦上，快速出弓时，手臂随之放松，音色脆而不闷。

2. 顿弓弓法训练的谱例适用于在每一根弦上练习和选用不同的弓段。

3. 顿弓练习控制右手，运用弓子从弦上起奏。

4. 本书用“小圆点”作为记谱记号标记顿弓。

第十四课　分弓换弦

分弓换弦：在上下弓交替的过程中，从一条弦上的演奏换到另一条弦上的演奏叫做分弓换弦。

一、 联想词： 划椭圆（图 14－1）



图 14－1

二、 儿歌

小提琴有四根弦，
现在开始学换弦。
分弓换弦划椭圆，
手臂就像划圆圈。
从左到右正换弦，
从右到左反换弦。

三、 训练方法

1. 找弦游戏：是一种在没有运弓的情况下进行的练习方法，其目的在于让学生感受四根弦在不同的平面中，右手臂的起伏。
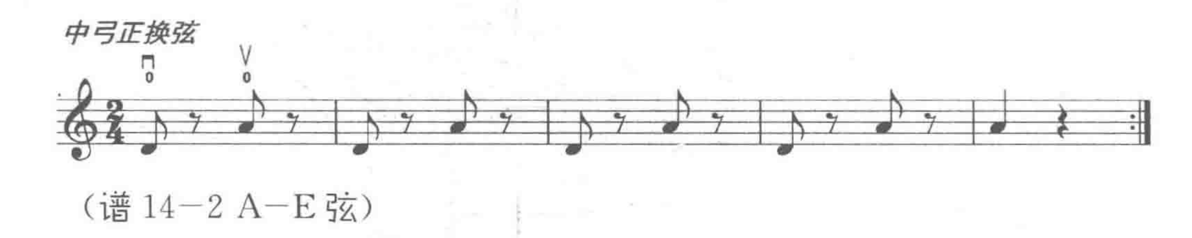
训练方法：

a. 弓段可摆放到任何位置，从四弦起落到一弦，再从一弦起落到四弦。
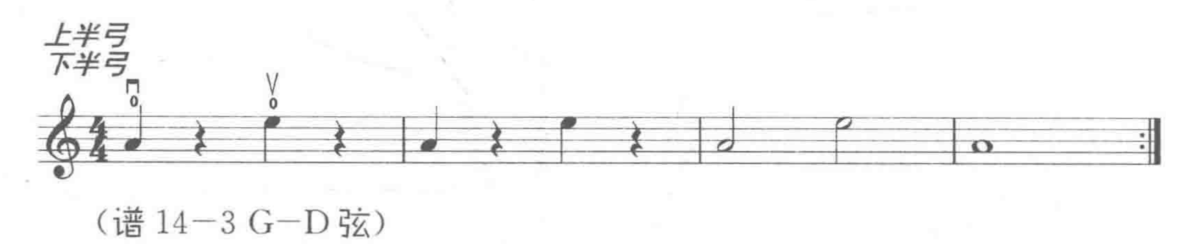
b. 老师随意指定任意一根弦，学生按照老师口令，迅速找到老师所要求的弦的位置。

2. 相邻两根弦正换弦训练（谱 14—1、谱 14—2、谱 14—3）。
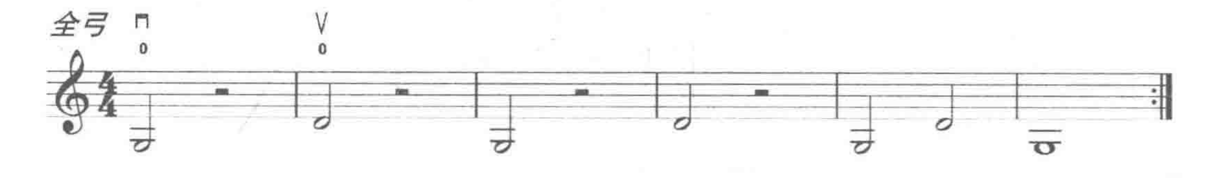
（谱 14—1 D—A 弦）



（谱 14—2 A—E 弦）
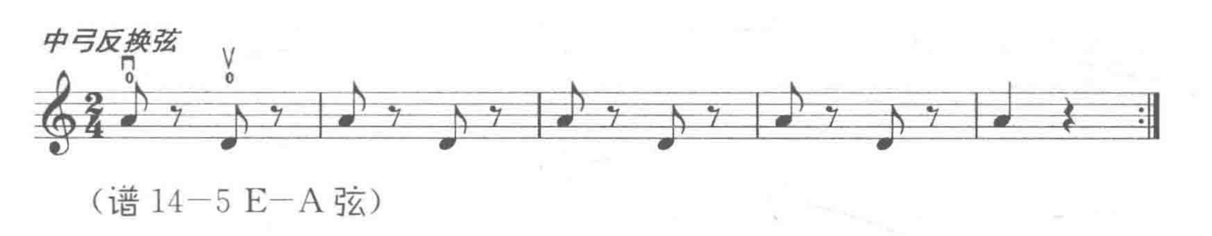


（谱 14—3 G—D 弦）



3. 相邻两根弦反换弦训练（谱 14—4、谱 14—5、谱 14—6）。

（谱 14—4 A—D 弦）



（谱 14—5 E—A 弦）
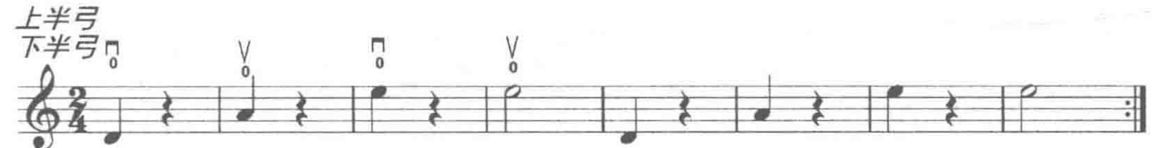


（谱 14—6 D—G 弦）
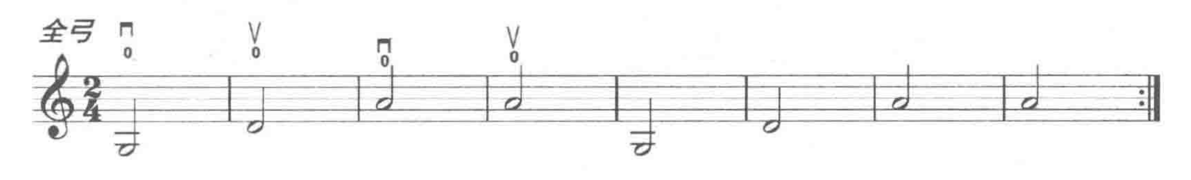


4. 相邻三根弦正换弦训练（谱 14—7、谱 14—8）。

（谱 14—7 D—A—E 弦）

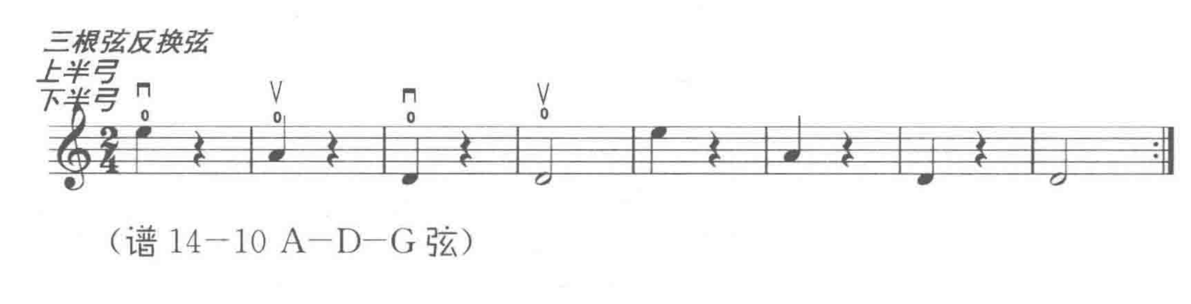


（谱 14—8 G—D—A 弦）
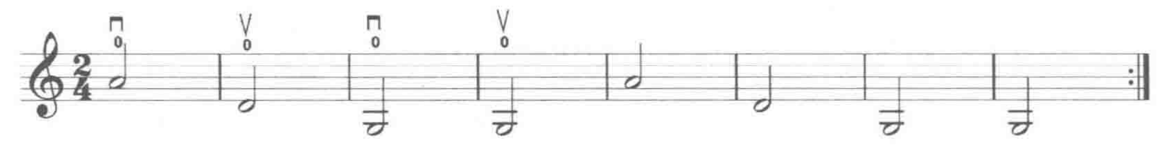


5. 相邻三根弦反换弦训练（谱 14—9、谱 14—10）。

（谱 14—9 E—A—D 弦）
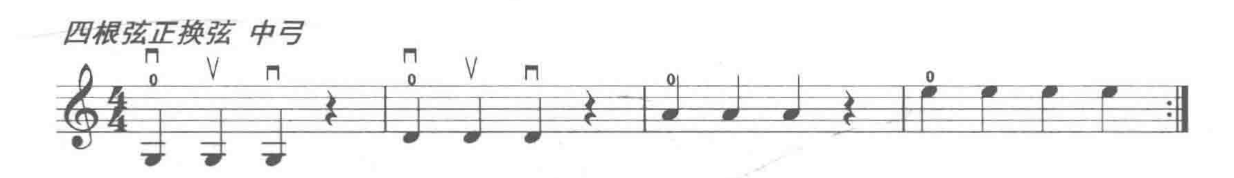


（谱 14—10 A—D—G 弦）



6. 相邻四根弦正换弦训练（谱 14—11）。

（谱 14—11 G—D—A—E 弦）



7. 相邻四根弦反换弦训练（谱 14—12）。

（谱 14—12 E—A—D—G 弦）



四、 教师小贴士

1. 以上谱例适用于所有弓段练习，教师根据学生情况自行选择。

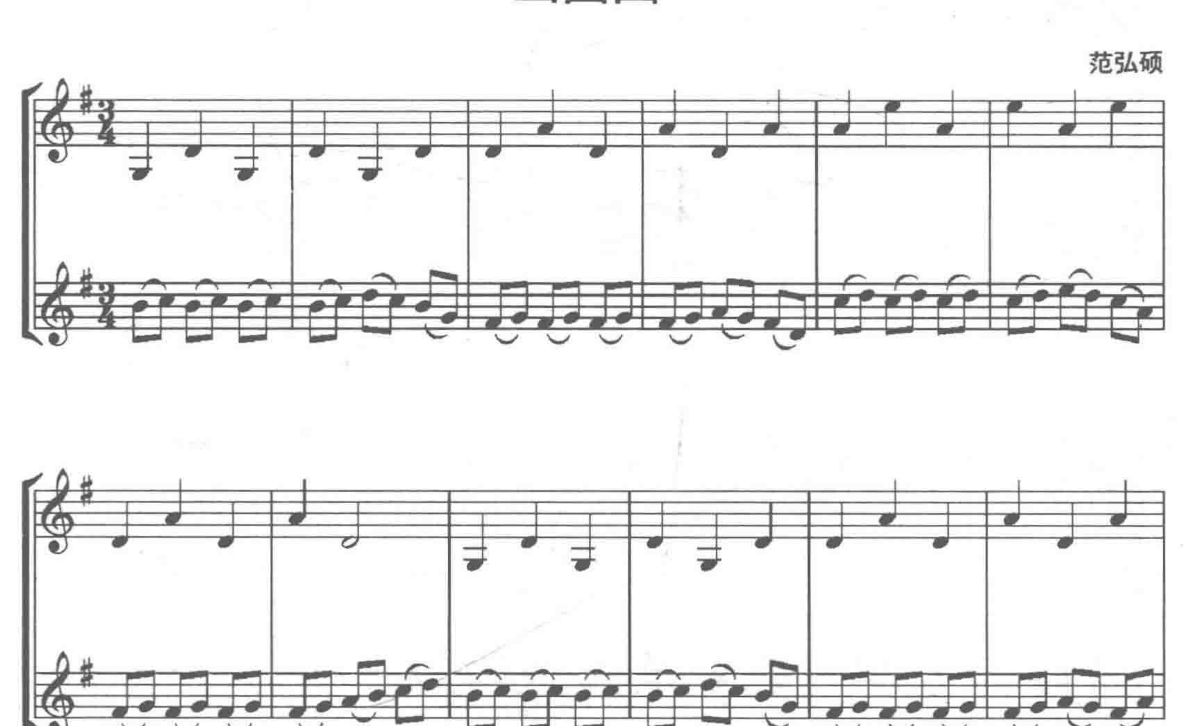
2. 分弓换弦的技术要点为学生控制手臂的位置，手臂的高低起伏需与弦的平面相匹配。
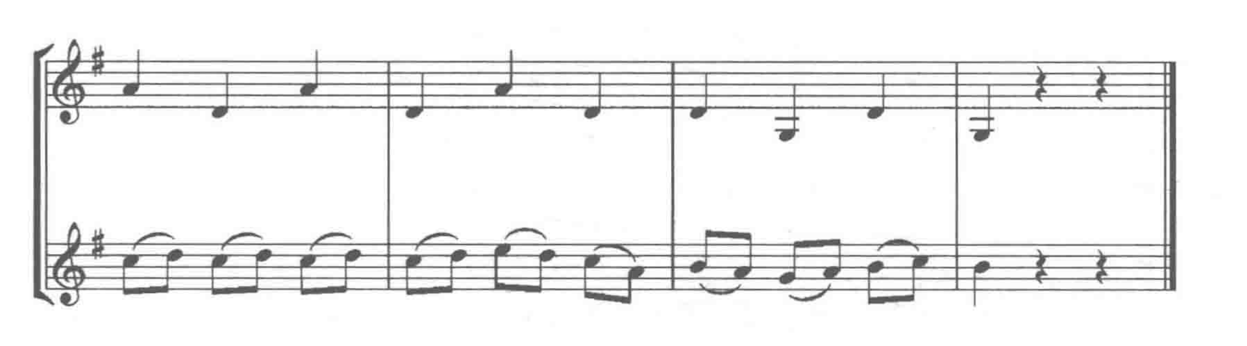
3. 体会正反方向的区别。

小音乐会

画圆圈

范弘硕
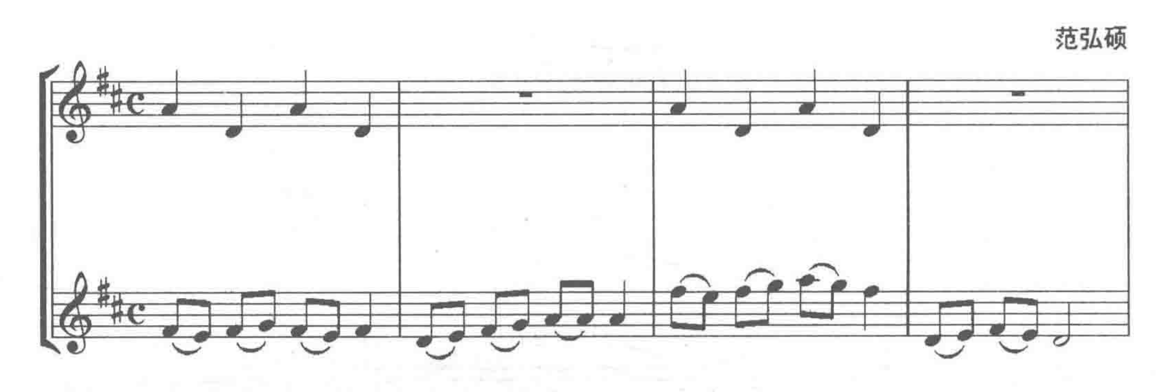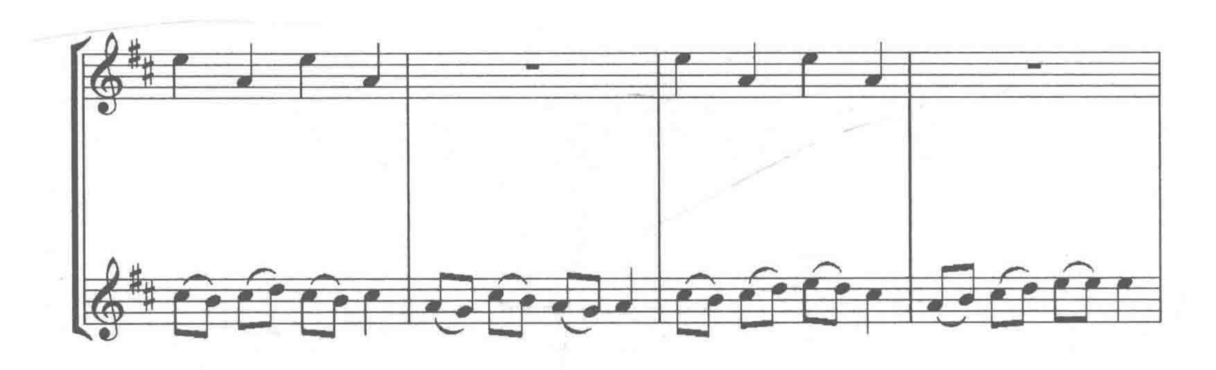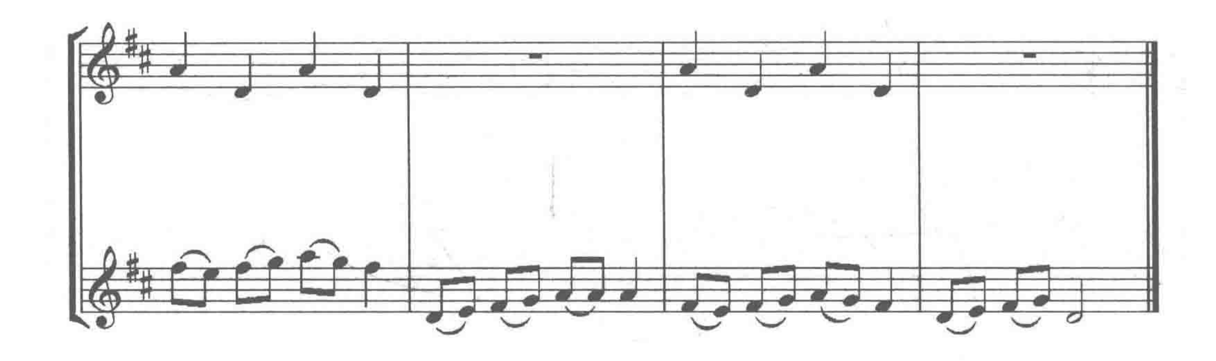






小熊和娃娃

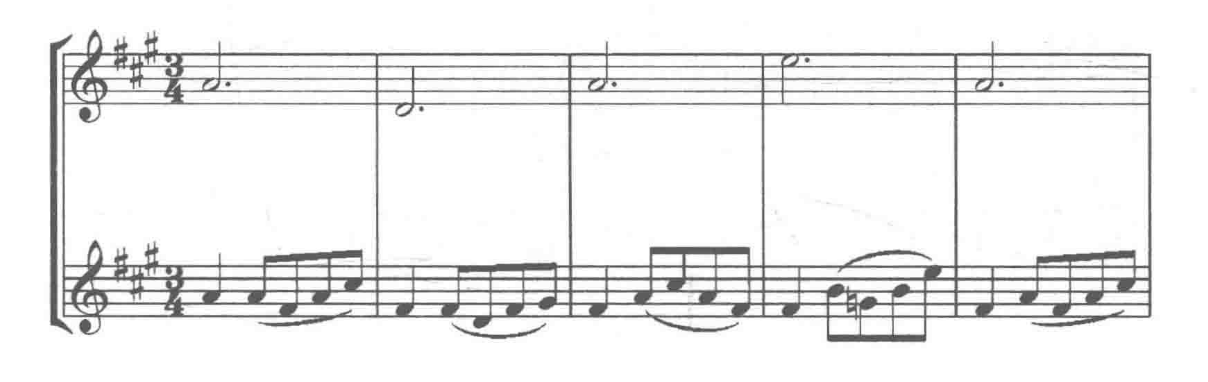
范弘硕
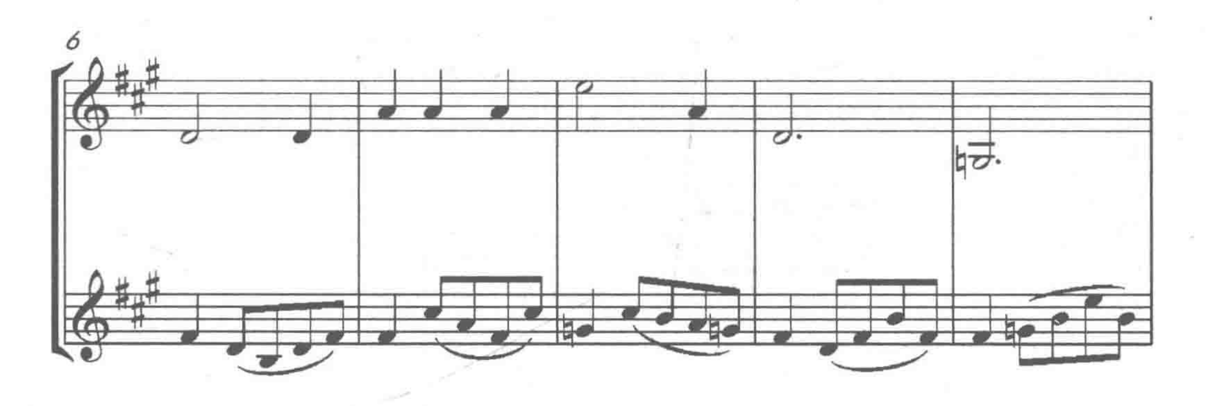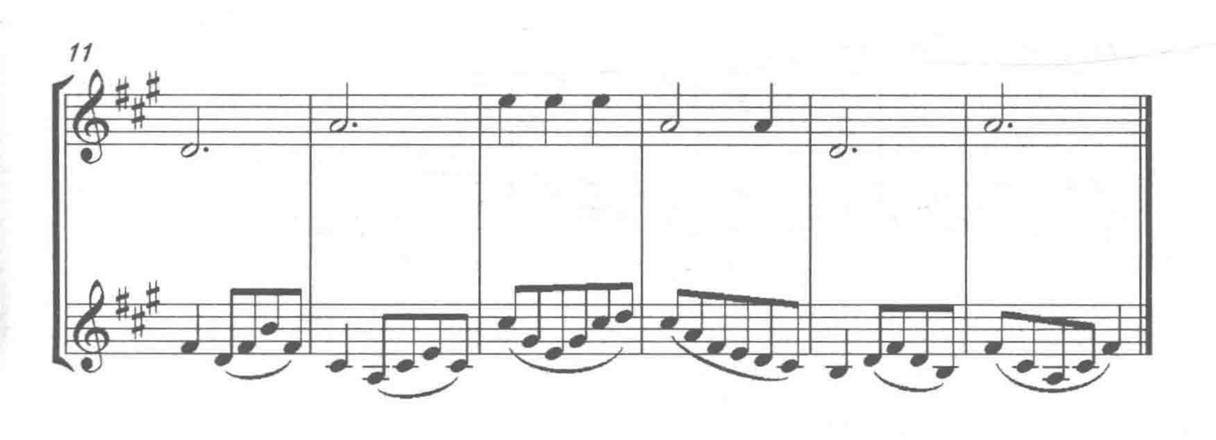






开汽车
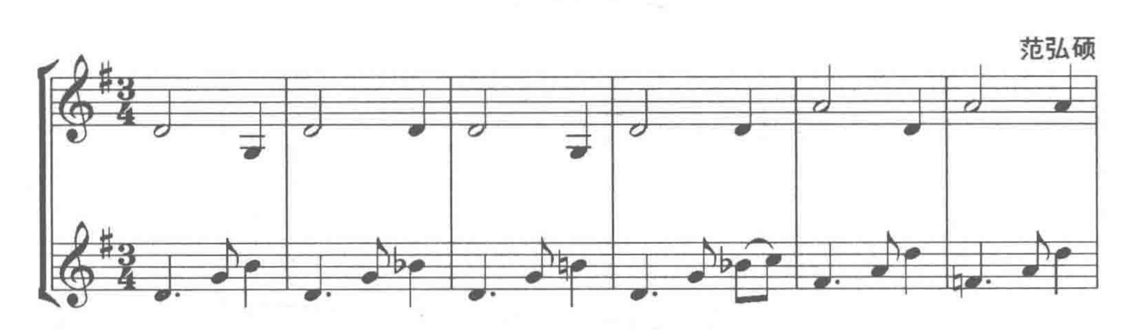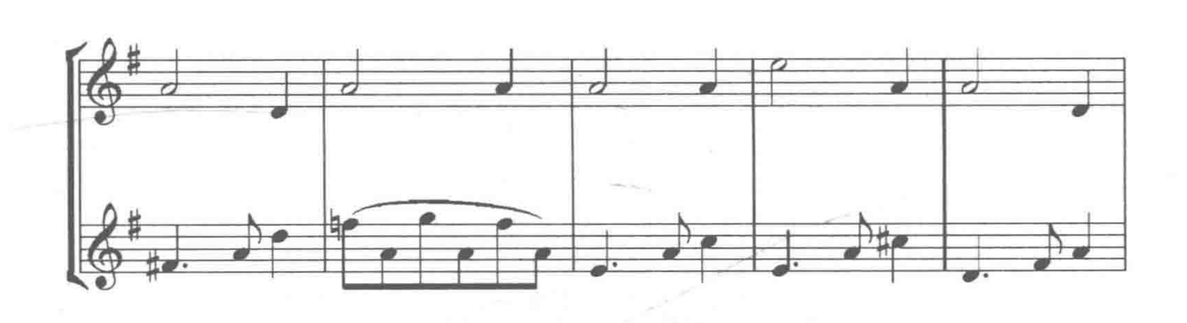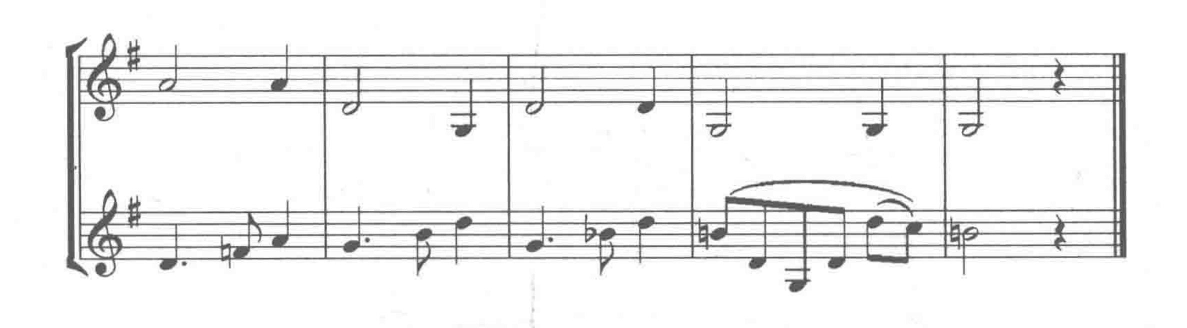






荡秋千
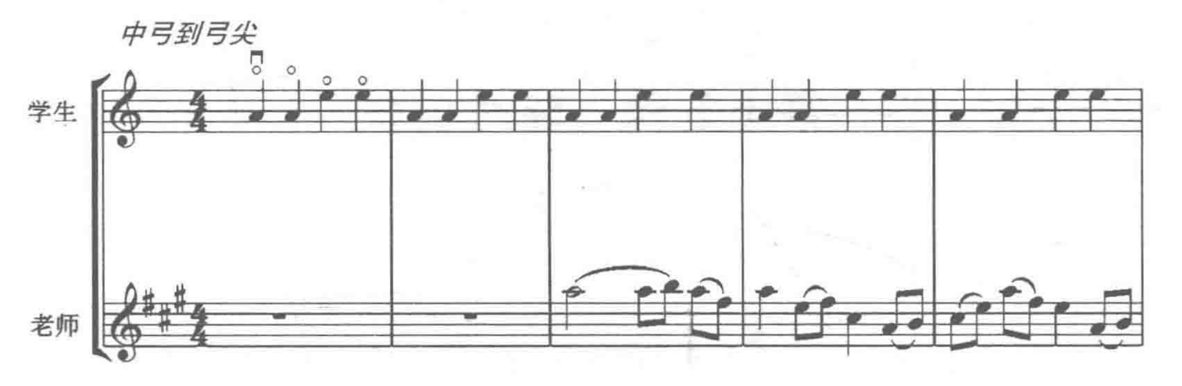
范弘硕
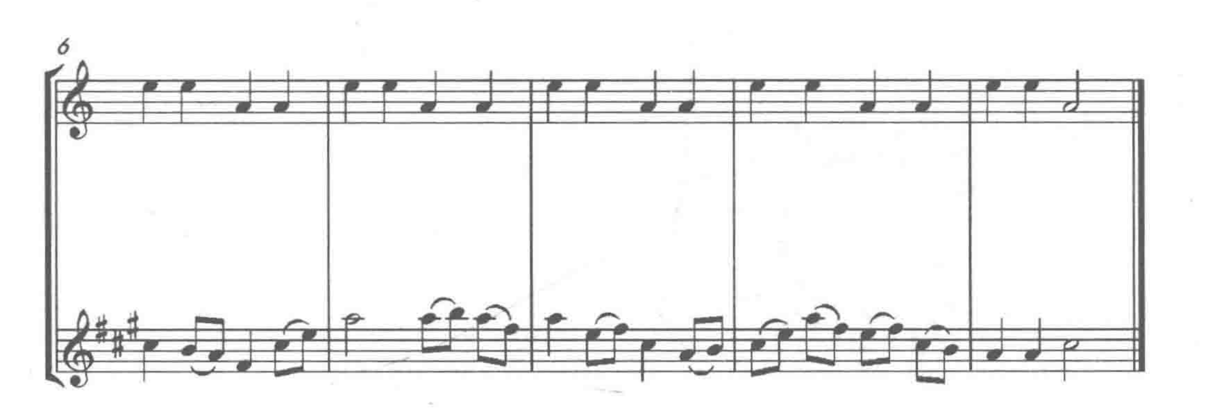






梦幻曲





第十五课　连弓换弦

连弓换弦：在一弓演奏中包含的弦与弦之间的更替。

一、 联想词： 波浪（图 15—1）

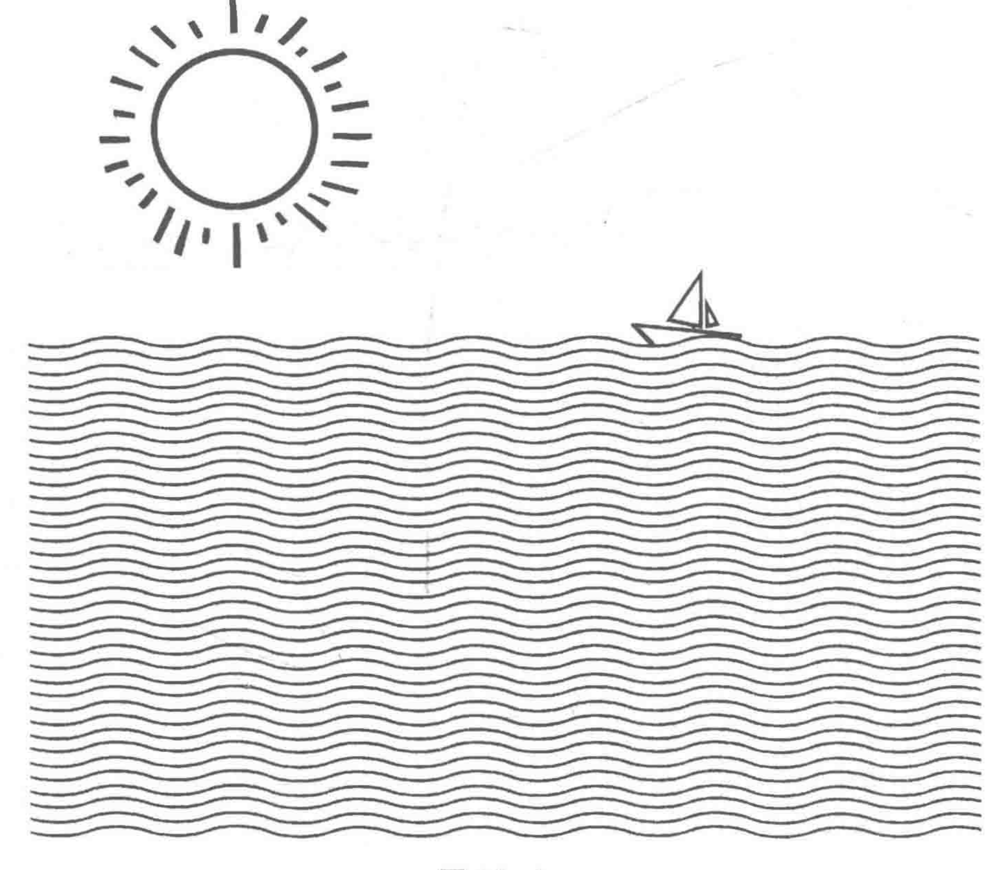


图 15—1

二、儿歌

连弓换弦像波浪，
行弓如船浪上航。
一波一浪莫大意，
随波逐流慢慢航。
平稳过渡下条弦，
来回换弦要稳当。

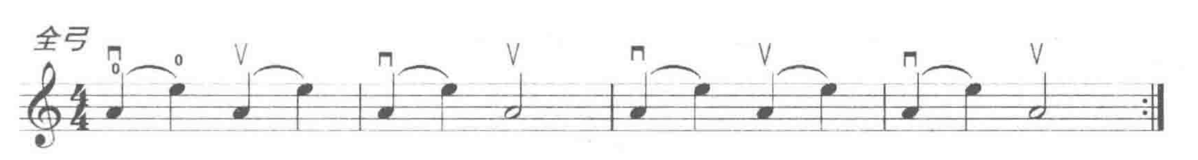
三、训练方法

1. 诵读儿歌，相邻两根弦之间的连弓正换弦训练（谱 15—1、谱 15—2、谱 15—3）。
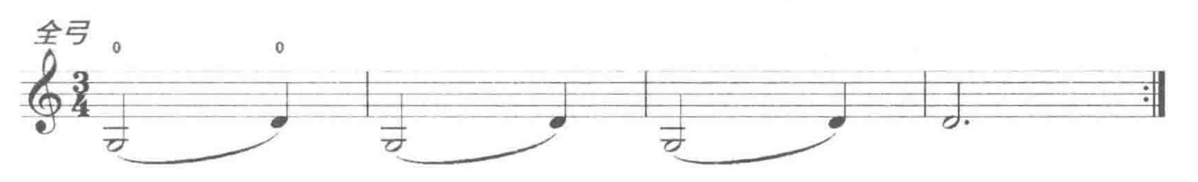
（谱 15—1 D—A 弦二分音符 全弓）



（谱 15—2 A—E 弦四分音符 全弓）

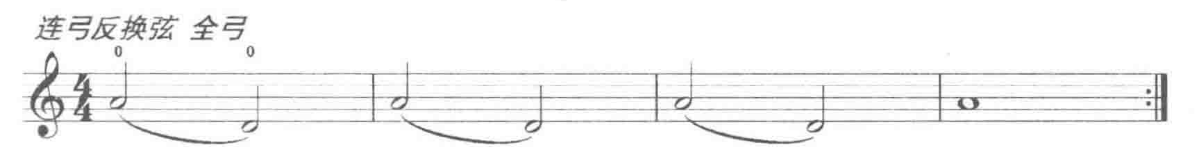


（谱 15—3 G—D 弦四三拍 全弓）



2. 相邻两根弦之间的连弓反换弦训练（谱 15—4、谱 15—5、谱 15—6）。
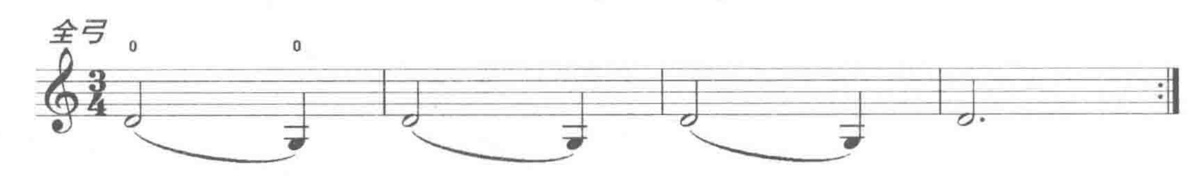
（谱 15—4 A—D 弦二分音符 全弓）



（谱 15－5 E－A 弦四分音符 全弓）



（谱 15－6 D－G 弦四三拍 全弓）



3. 相邻三根弦之间的连弓正换弦训练（谱 15－7、谱 15－8）。

（谱 15－7 D－A－E 弦四分音符 全弓）



（谱 15－8 G－D－A 弦四分＋2 八分 全弓）



4. 相邻三根弦之间的连弓反换弦训练（谱 15－9、谱 15－10）。

（谱 15－9 E－A－D 弦四分音符 全弓）



（谱 15－10 A－D－G 弦 2 八分＋四分 全弓）

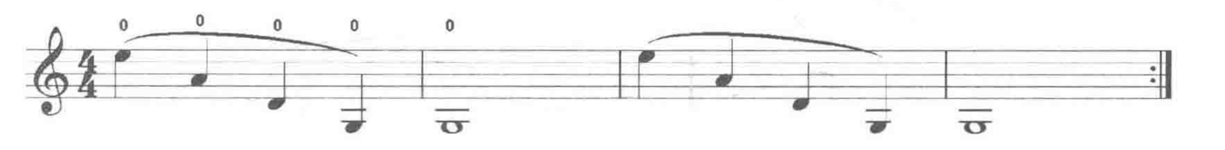


5. 相邻四根弦之间的连弓正换弦训练（谱 15—11、谱 15—12）。

（谱 15—11 G—D—A—E 弦四分音符 全弓）



（谱 15—12 E—A—D—G 弦四分音符 全弓）



四、 教师小贴士

仔细体会儿歌内涵，注意手臂边走、边换、边靠。

小 结

本阶段集中学习了右手弓段、弓法和换弦训练。因为弓段训练的难点在弓根和弓尖的练习，弓法训练的难点在连弓和控制跳弓上，所以我们将其放在后面的章节进行学习。

在空弦弓段的学习中注意弓段运用的准确性，及各个关节的运动不能混淆。

关注每个弓段运弓时隐藏在动作中的力量运用。



第十六课　左手手型的建立

左手手型：仿佛在掌心握了一个椭圆形的鸡蛋，以保持掌心的圆润和张力，便于在指板上行走。

一、联想词：鸡蛋（图 16—1）

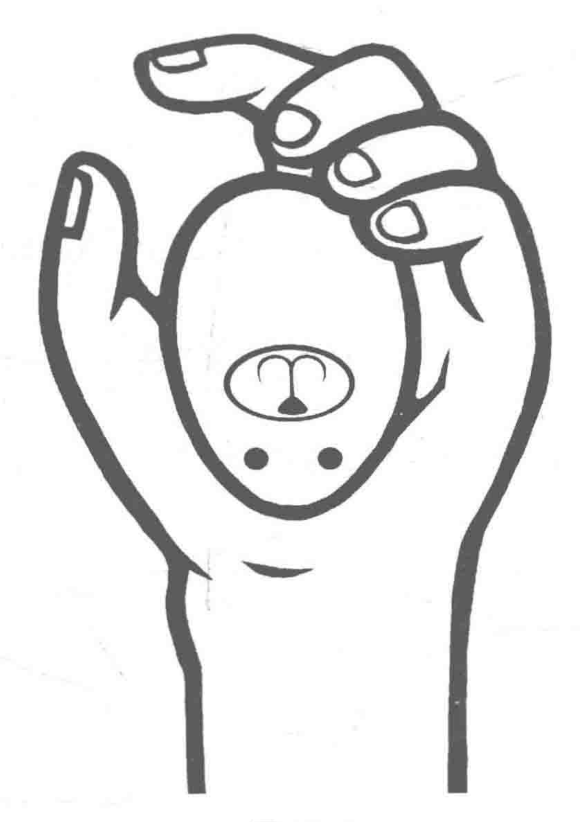


图 16—1

二、儿歌（图 16—2）



图 16—2

手腕立起来，
手心如握蛋。
圆润有张力，
游走指板间。

三、训练方法

1. 握鸡蛋法：如图 16—2 所示手掌握鸡蛋 5 秒，老师取出学生手心鸡蛋，空心保持 5 秒，然后持琴。

2. 手肘荡秋千：如图 16—3 所示左手放置琴颈，呈握鸡蛋状，虎口放松，手肘左右荡秋千 10 次。



图 16-3

3. 小熊滑冰：如图 16-4 所示左手放置琴颈，呈握鸡蛋状，虎口放松，1、2、3、4 指轻搭在弦上，来回滑动 10 次。

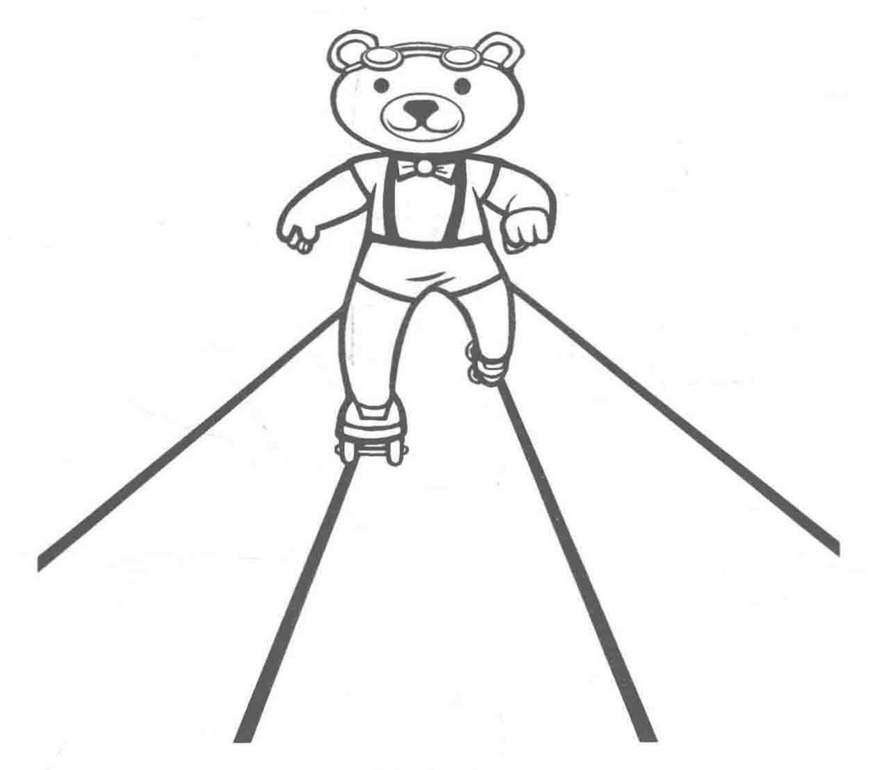


图 16-4

四、 教师小贴士

1. 握鸡蛋法是为了训练左手手腕的直立和掌心的张力。初学阶段，左手手腕需要和小手臂在一条直线上，这是左手手型建立的重点。

2. 手肘荡秋千和小熊滑冰的游戏是为了给小朋友导入一个左手自由的意识，为其将来学习左手换弦和左手换把打下伏笔。

第十七课　左手二指训练

一、联想词：脸谱娃娃（图 17—1）

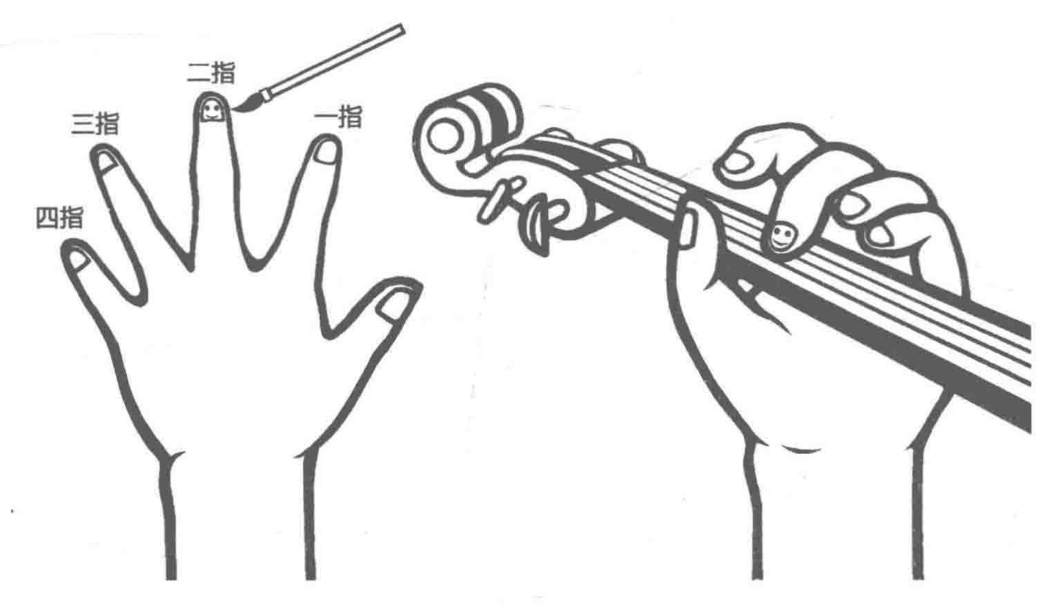


图 17—1

二、儿歌
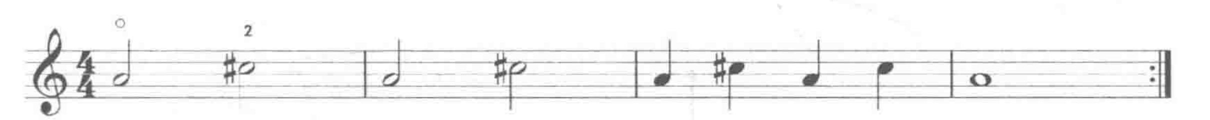
二指画小脸，
探头敲琴弦。
触弦用肉垫，
抬头像反弹。

三、训练方法

诵读儿歌，在左手二指指甲盖上画一张小脸，触弦时，孩子能看到小脸，练习以下谱例。

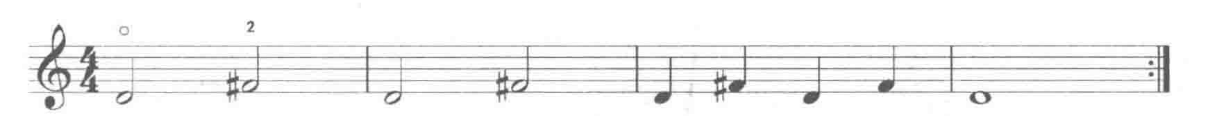
1. 二弦二指训练（谱17—1）。

（谱17—1）



2. 三弦二指训练（谱17—2）。

（谱17—2）
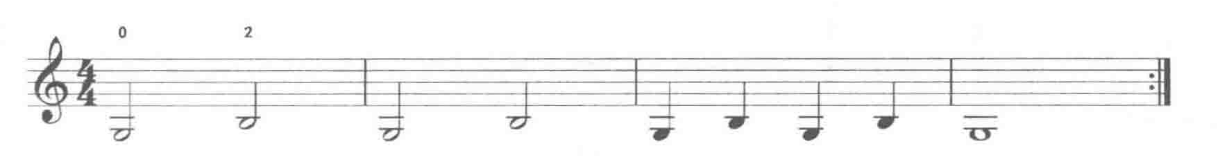


3. 一弦二指训练（谱17—3）。

（谱17—3）



4. 四弦二指训练（谱17—4）。

（谱17—4）



四、教师小贴士

1. 老师需要在二弦贴出升c的位置，其他弦的二指训练音符在相同的平面上，训练学生自行寻找。

2. 首先学习二指的原因在于二指处于手指正中央，着力相对最容易，在启蒙阶段小朋友容易进入。

3. 小提琴指法中的二指是左手的中指。

第十八课　左手四指训练

一、联想词：脸谱娃娃（图 18－1）

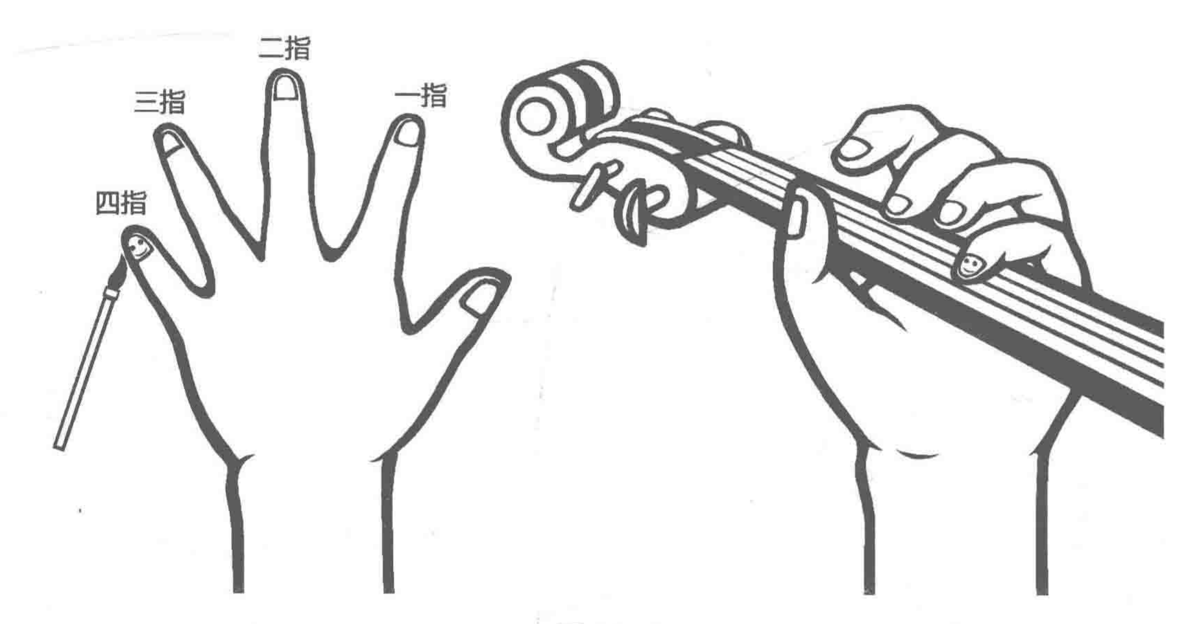


图 18－1

二、儿歌

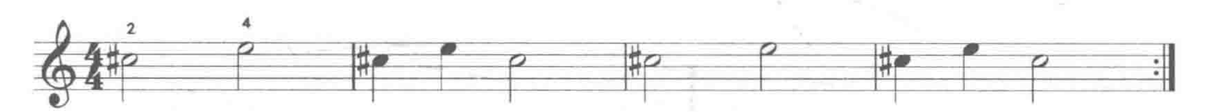
四指画笑脸，
探头敲琴弦。
触弦用肉垫，
力量落指尖。

三、训练方法

诵读儿歌，在左手四指指甲盖上画一张小脸，触弦时，孩子能看到小脸，练习以下谱例。
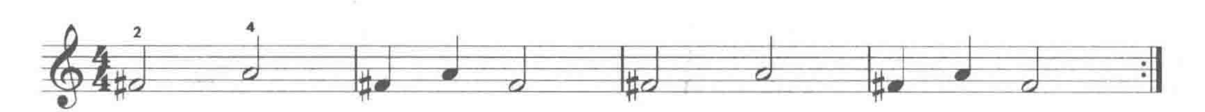
1. 二弦二、四指训练（谱 18—1）。

（谱 18—1）



2. 三弦二、四指训练（谱 18—2）。

（谱 18—2）
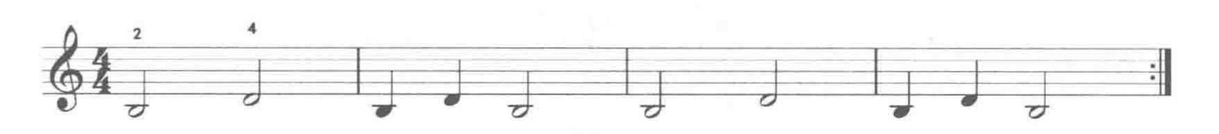


3. 一弦二、四指训练（谱 18—3）。

（谱 18—3）



4. 四弦二、四指训练（谱 18—4）。

（谱 18—4）



四、教师小贴士

1. 老师需要在二弦贴出 e 音的位置，其他弦的二指训练音符在相同的平面上，训练学生自行寻找。
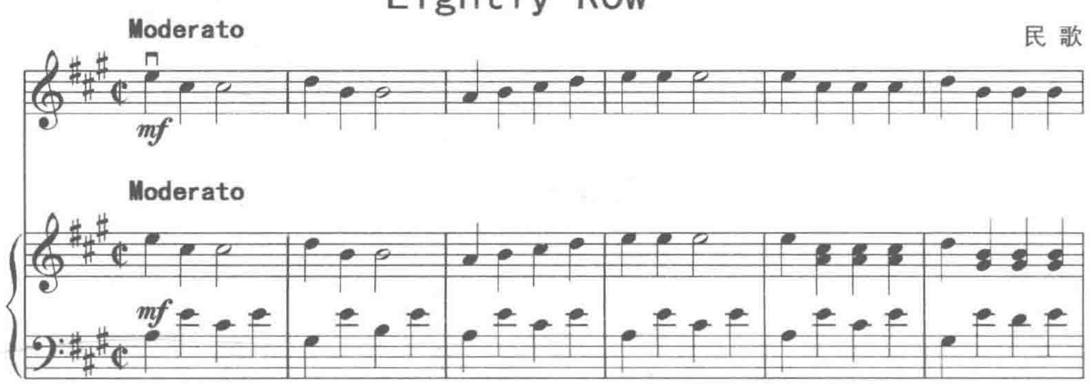
2. 四指触弦时，二、三关节呈圆弧形，力量落在指尖。
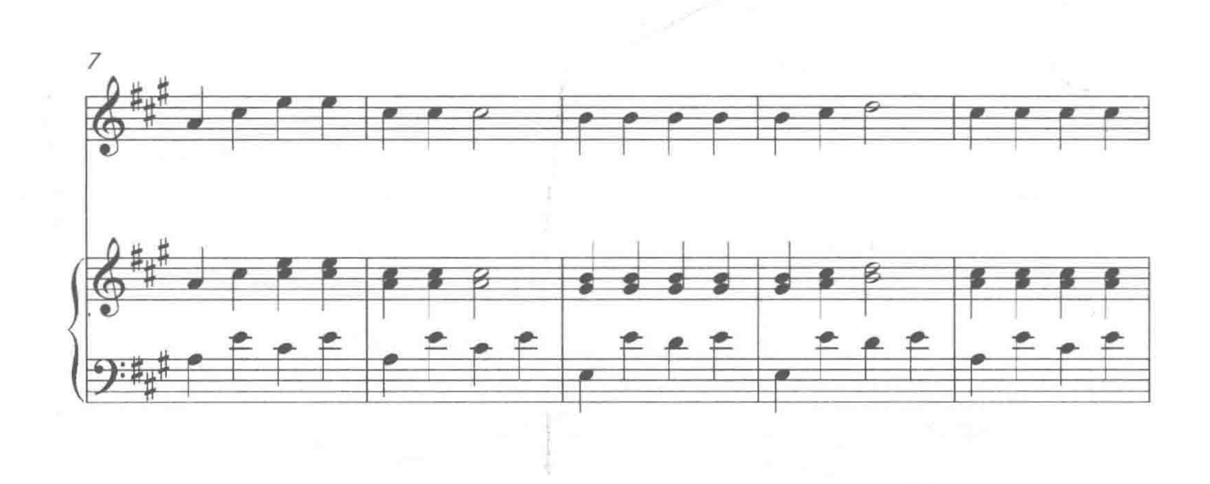
3. 学完二指后学习四指，是为了建立左手手型的整体感。
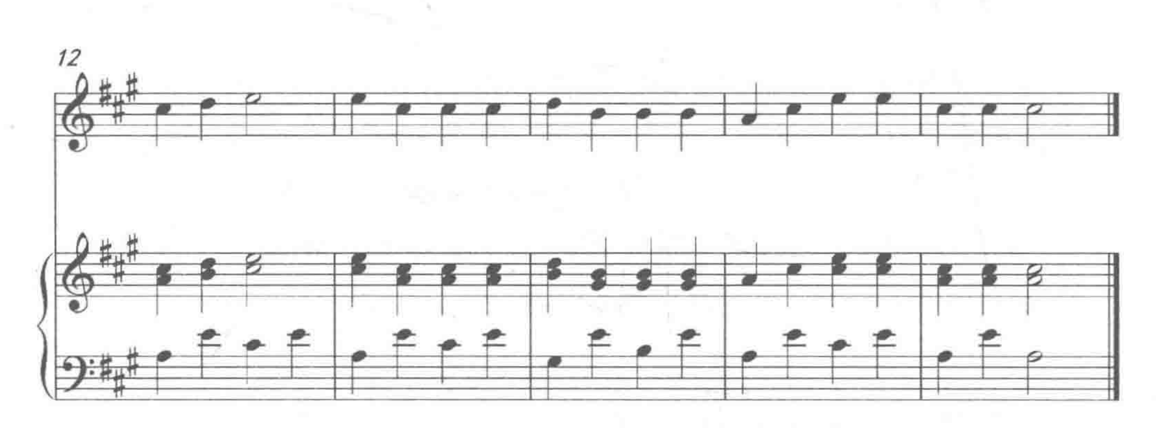
4. 小提琴指法中的四指是左手的小指。

小音乐会
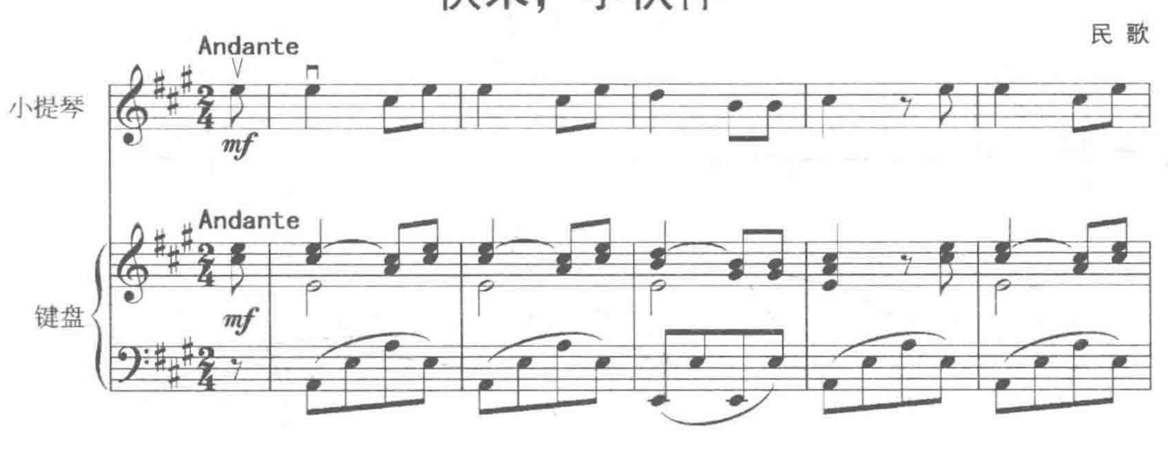
轻舟荡漾
Lightly Row
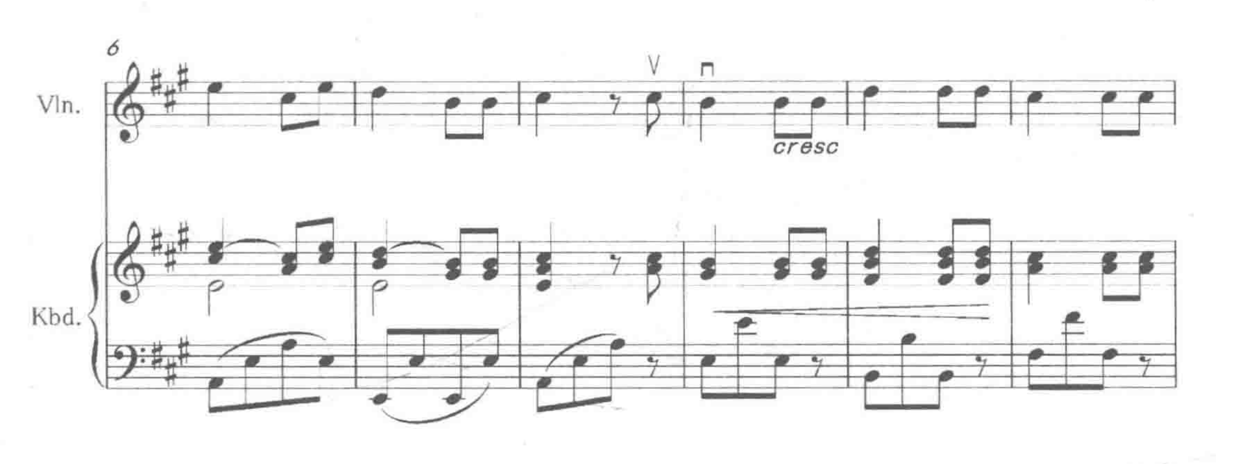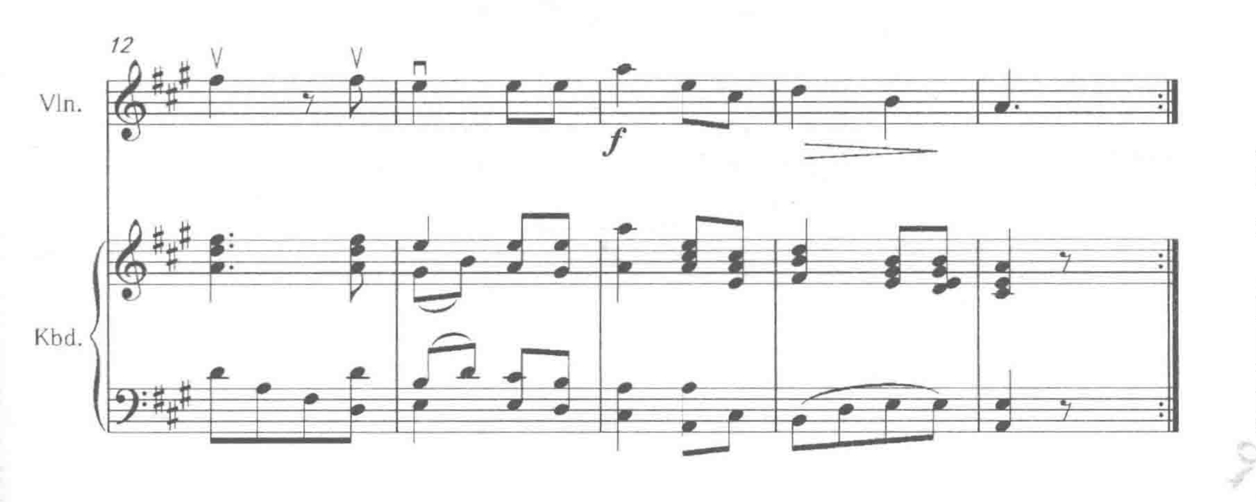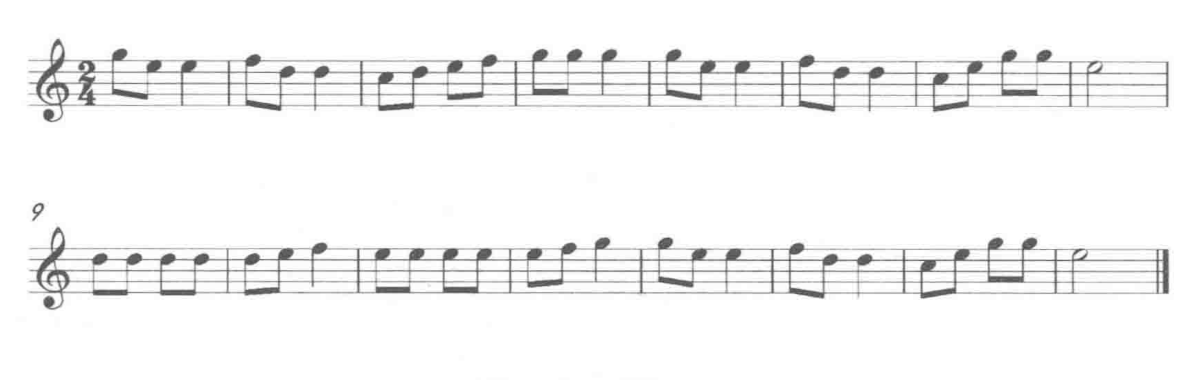







快来，小伙伴


民歌
Andante
小提琴
mf
Andante
键盘
mf


6
Vln.
cresc
Kbd.


12
Vln.
f
Kbd.

赛 船
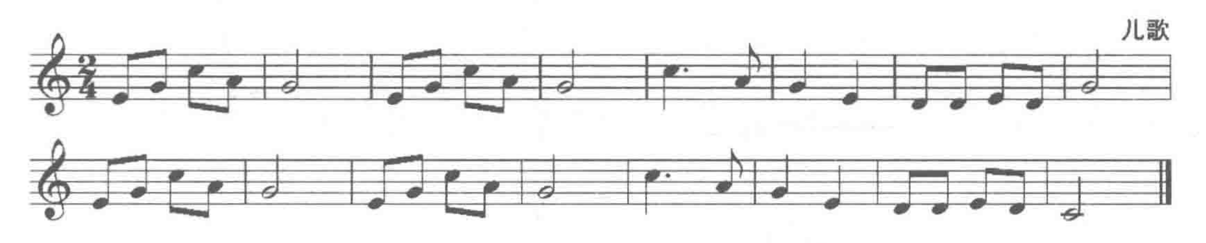


风之歌

选自铃木小提琴教材

民歌

小猫钓鱼

儿歌



两只老虎

儿歌

Allegretto 威武地

7

12

第十九课　左手三指训练

一、联想词：脸谱娃娃（图 19—1）



图 19—1

二、儿歌

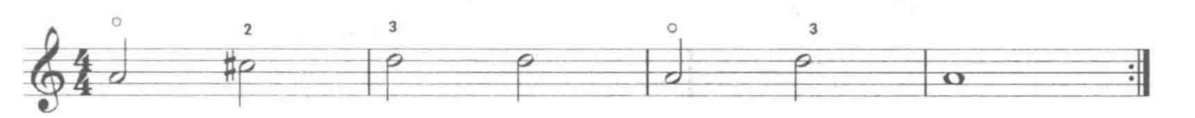
三指画小脸，
探头敲琴弦。
触弦用肉垫，
力量落指尖。

三、训练方法

诵读儿歌，在左手三指指甲盖上画一张小脸，触弦时，孩子能看到小脸，练习以下谱例。

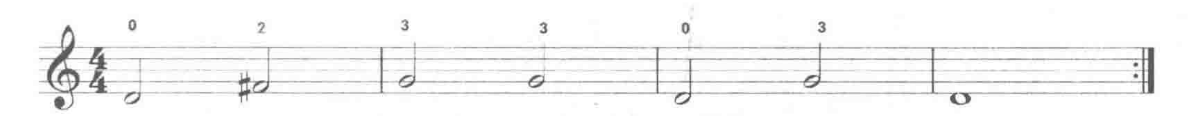
1. 二弦三指训练（谱 19—1）。

（谱 19—1）



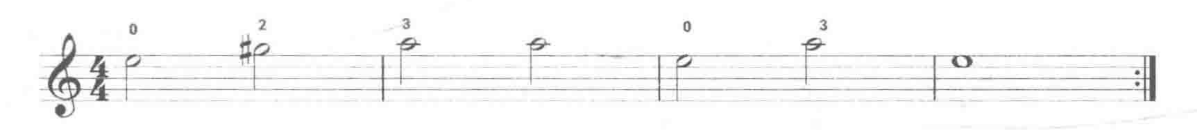
2. 三弦三指训练（谱 19—2）。

（谱 19—2）



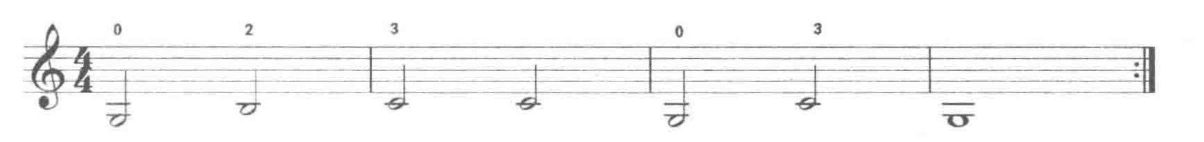
3. 一弦三指训练（谱 19—3）。

（谱 19—3）



4. 四弦三指训练（谱 19—4）。

（谱 19—4）



四、教师小贴士

1. 三指不用专门贴出位置，而是训练小朋友根据二指的音高位置紧贴着找到三指指位。

2. 小提琴指法中的三指是左手的无名指。

第二十课 左手一指训练

一、联想词：脸谱娃娃（图 20—1）

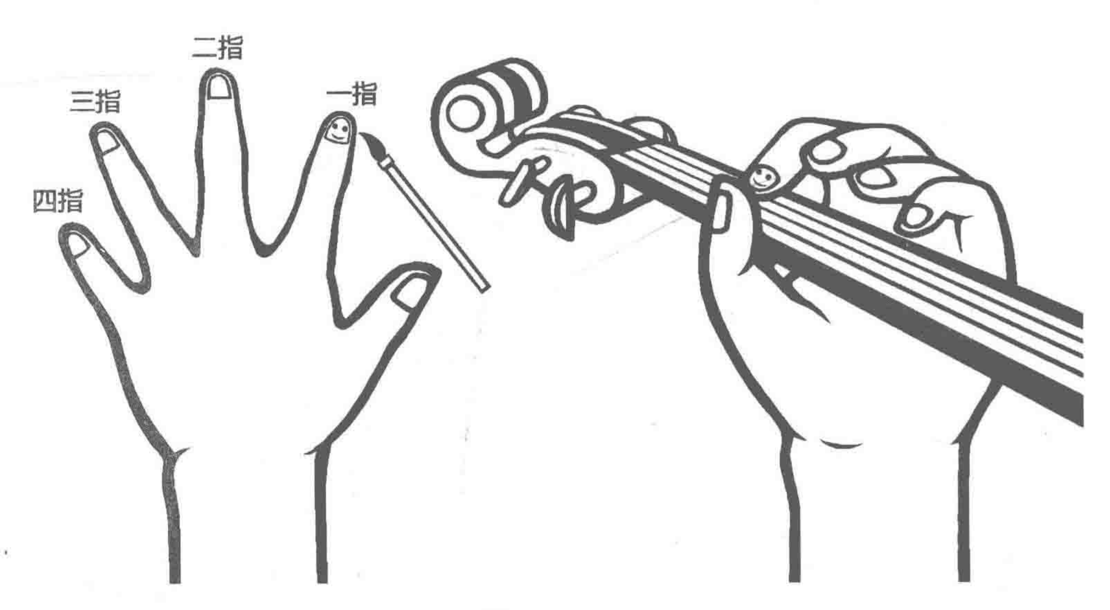


图 20—1

二、儿歌
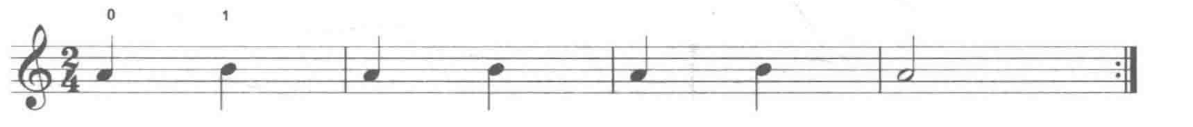
一指画小脸，
探头敲琴弦。
触弦用肉垫，
力量落指尖。

三、训练方法

诵读儿歌，在左手一指指甲盖上画一张小脸，触弦时，孩子能看到小脸，练习以下谱例。

1. 二弦一指训练（谱 20—1）。

（谱 20—1）
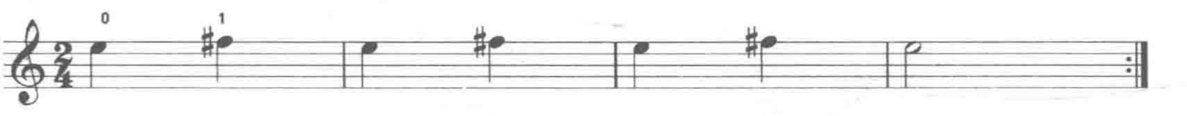


2. 三弦一指训练（谱 20—2）。

（谱 20—2）
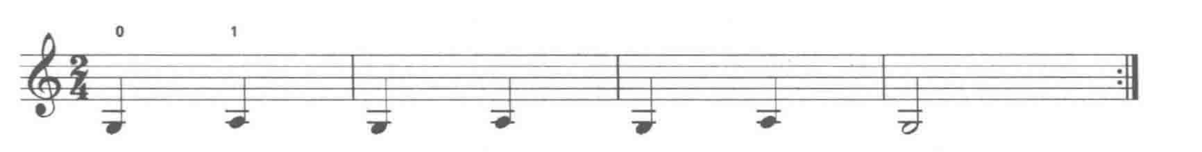


3. 一弦一指训练（谱 20—3）。

（谱 20—3）



4. 四弦一指训练（谱 20—4）。

（谱 20—4）



四、教师小贴士

1. 老师需要在二弦贴出 b 音的位置，其他弦的一指训练音符在相同的平面上，训练学生自行寻找。

2. 小提琴指法中的一指是左手的食指。

第二十一课　左手指位序位训练之一

指位序位指左手按指时四个手指之间根据全音和半音的不同位置所排列的序位。

在启蒙阶段，我们学习四种最基础的指位序位排列（图 21—1）。

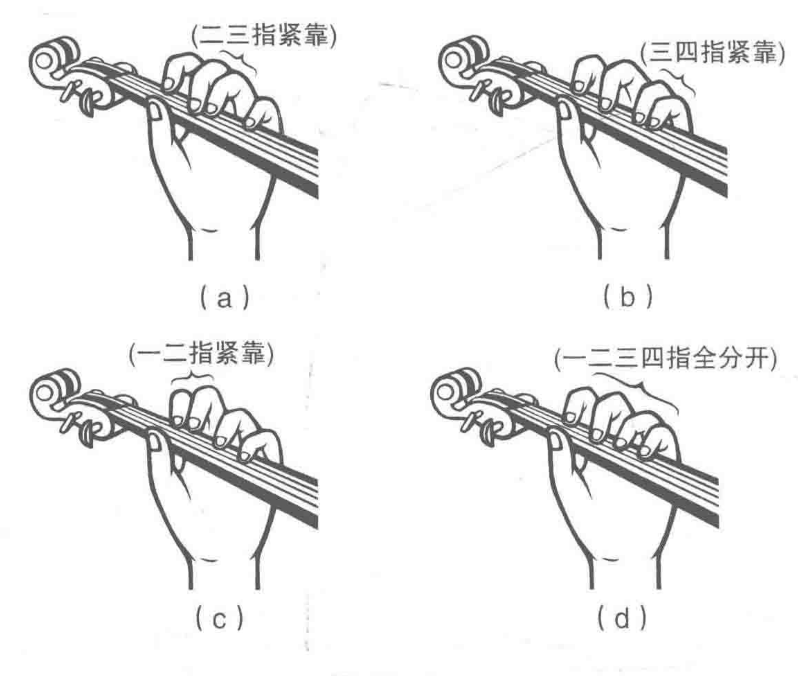


图 21—1

（a）半音在二、三指之间时指位的序位排列。（b）半音在三、四指之间时指位的序位排列 。（c）半音在一、二指之间时指位的序位排列。（d）全音在一、二、三、四指之间时指位的序位排列。

一、 半音在二、 三指之间时指位的序位排列

除二、三指之间以半音的关系需要紧靠以外，其他手指之间以全音的距离分开（图 21—2）。

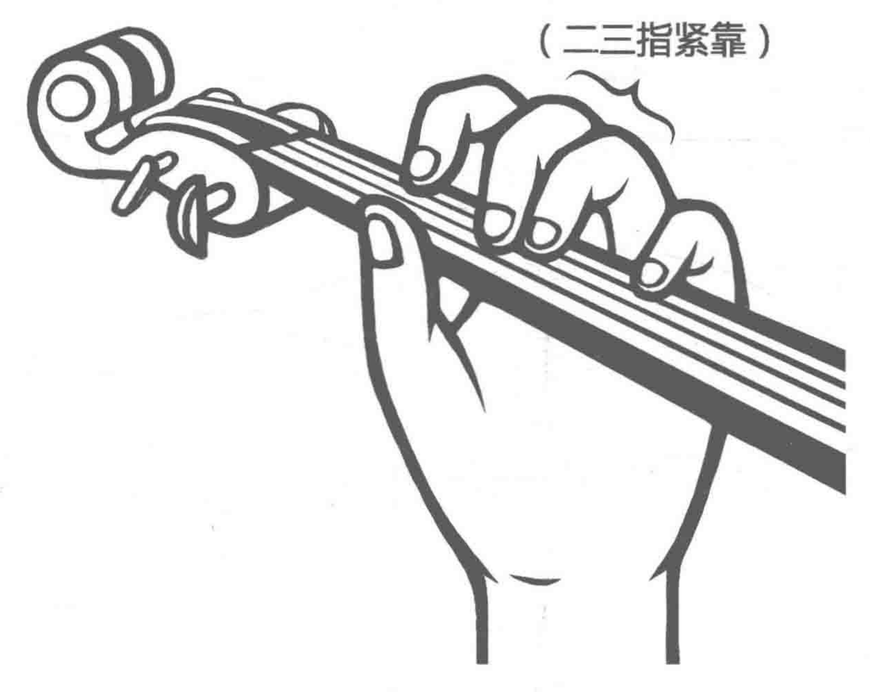


图 21－2
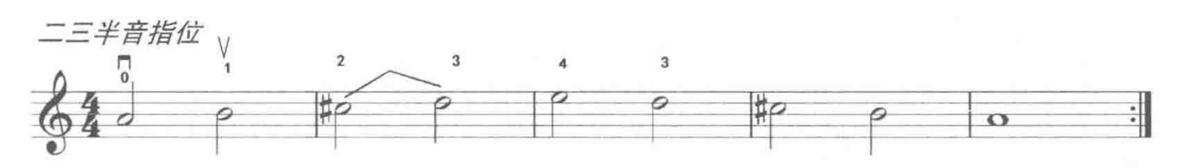
二、三指之间的指位序位排列在四根弦上的具体音名：

1. E 弦：E－升 F－升 G－A－B。
2. A 弦：A－B－升 C－D－E。
3. D 弦：D－E－升 F－G－A。
4. G 弦：G－A－B－C－D。

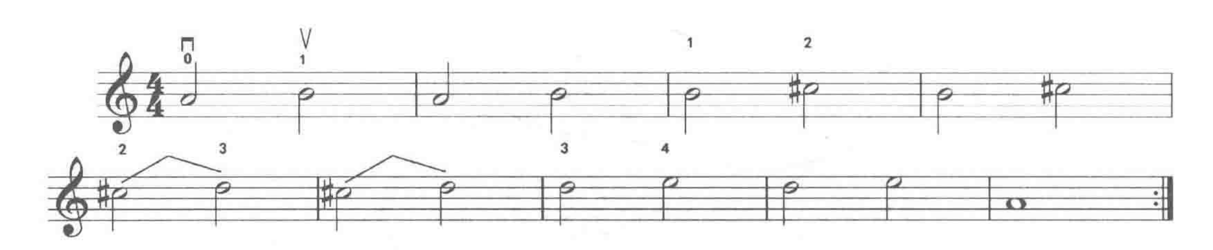
二、 训练方法

1. A 弦的二、三指半音关系指位序位训练（谱 21－1、谱 21－2）。

（谱 21－1）

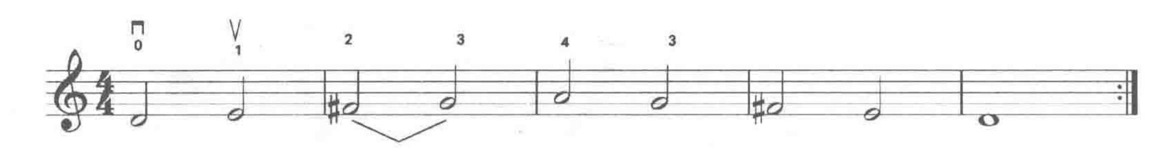


（谱 21—2）

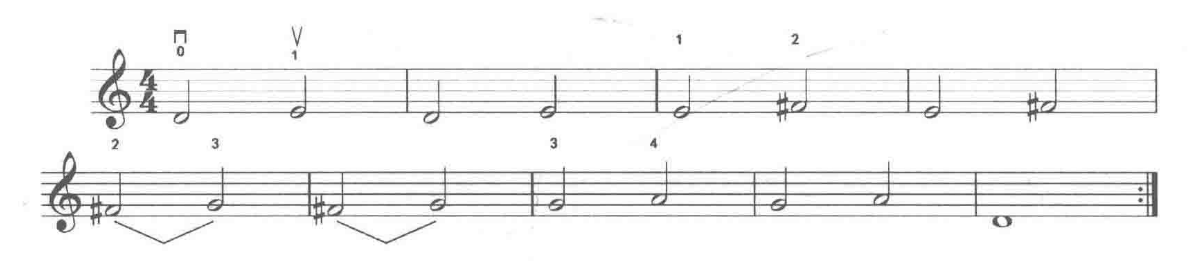


2. D 弦的二、三指半音关系指位序位训练（谱 21—3、谱 21—4）。

（谱 21—3）

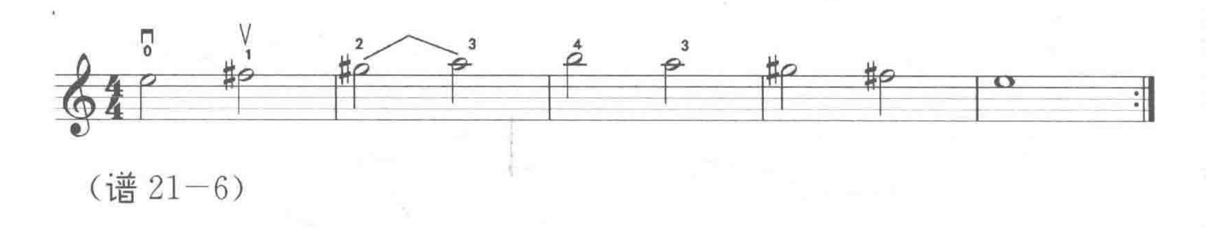


（谱 21—4）
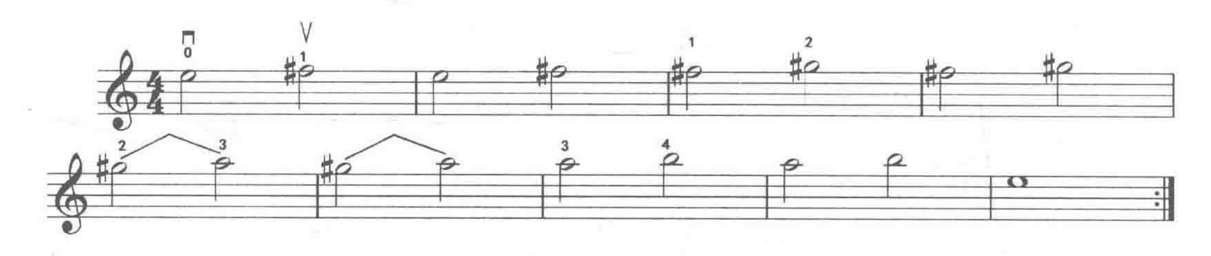


3. E 弦的二、三指半音关系指位序位训练（谱 21—5、谱 21—6）。

（谱 21—5）

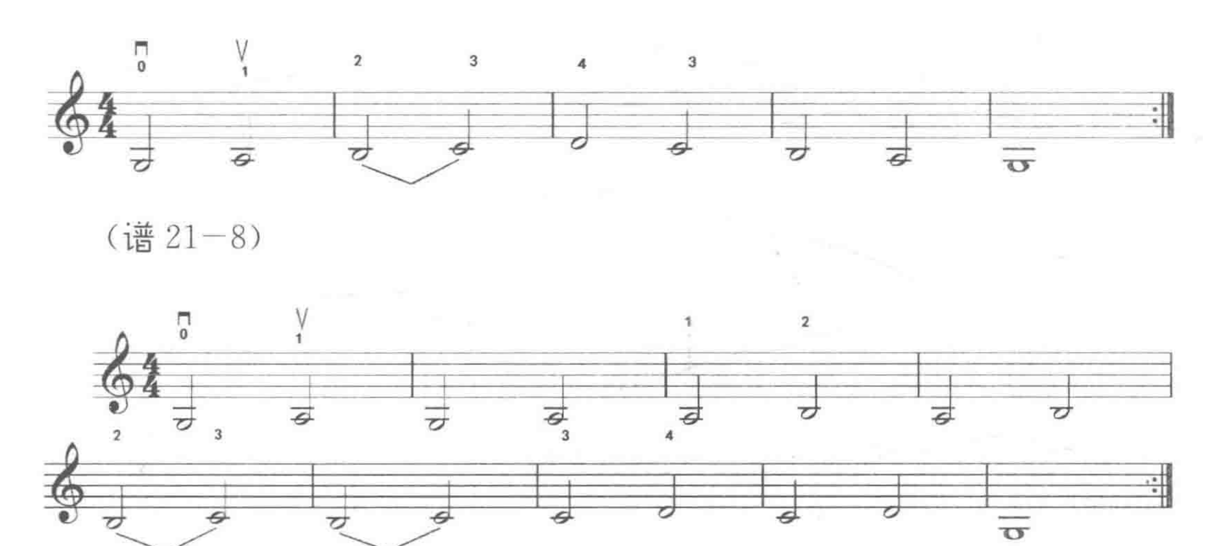


（谱 21—6）



4. G 弦的二、三指半音关系指位序位训练（谱 21－7、谱 21－8）。

（谱 21－7）



（谱 21－8）

第二十二课　左手指位序位训练之二

一、半音在三、四指之间时指位的序位排列

除三、四指之间以半音的关系需要紧靠以外，其他手指之间以全音的距离分开（图 22—1）。



图 22—1

三、四指之间的指位序位排列在四根弦上的具体音名：

1. E弦：E—升F—升G—升A—B。

2. A弦：A—B—升C—升D—E。
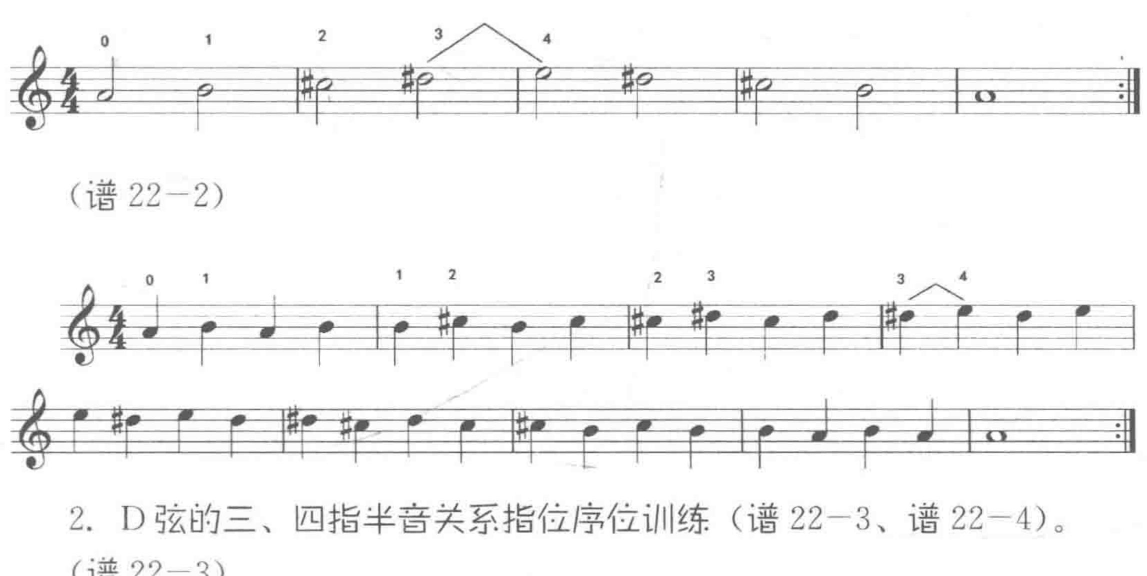
3. D弦：D—E—升F—升G—A。

4. G弦：G—A—B—升C—D。

二、训练方法

1. A弦的三、四指半音关系指位序位训练（谱22—1、谱22—2）。
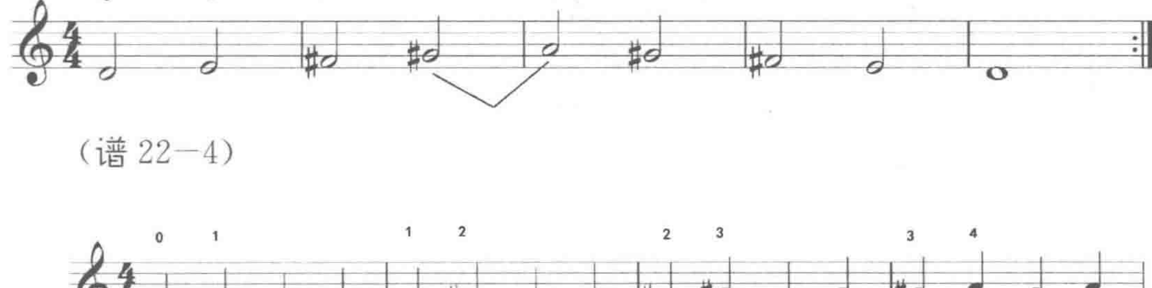
（谱22—1）
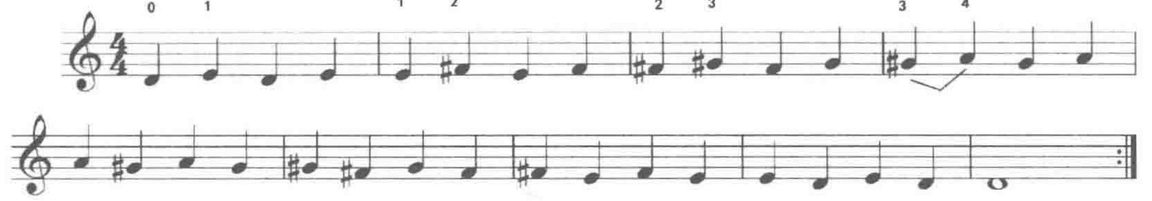


（谱22—2）

2. D弦的三、四指半音关系指位序位训练（谱22—3、谱22—4）。

（谱22—3）

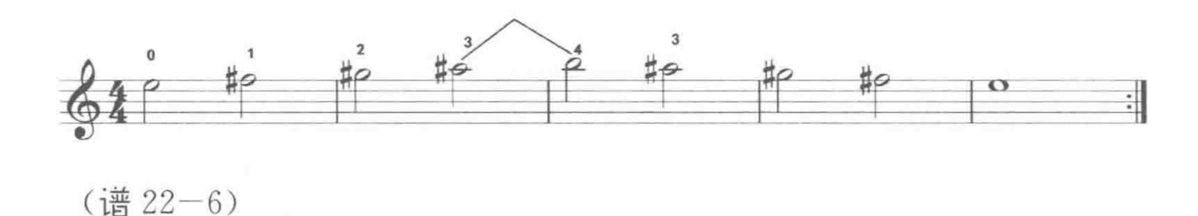


（谱22—4）
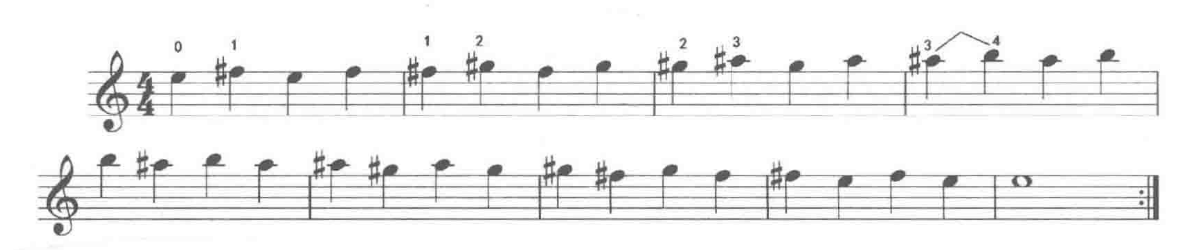


3. E 弦的三、四指半音关系指位序位训练（谱 22—5、谱 22—6）。

（谱 22—5）

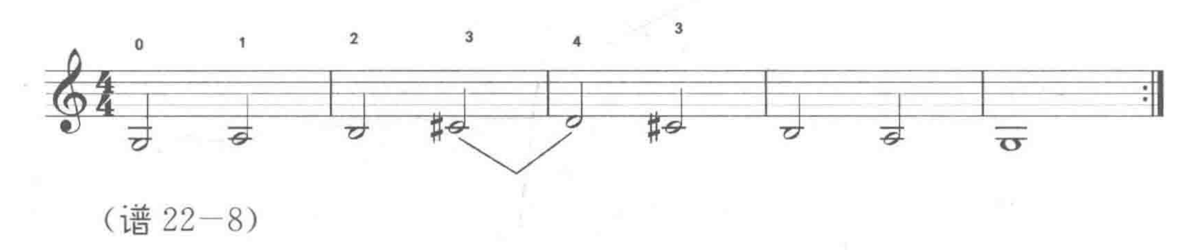


（谱 22—6）

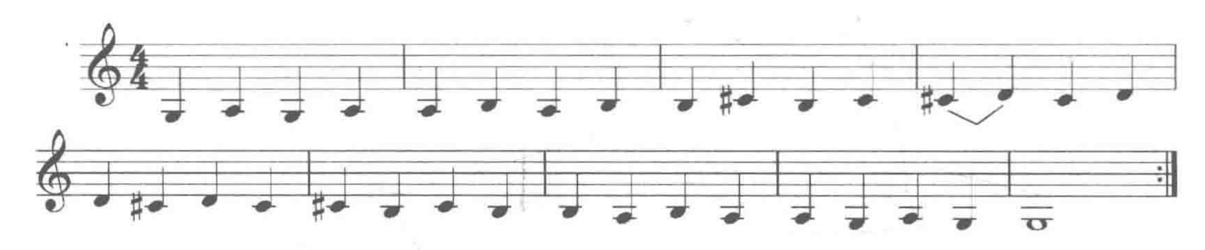


4. G 弦的三、四指半音关系指位序位训练（谱 22—7、谱 22—8）。

（谱 22—7）



（谱 22—8）



第二十三课　左手指位序位训练之三

一、 半音在一、 二指之间时指位的序位排列

除一、二指之间以半音的关系需要紧靠以外，其他手指之间以全音的距离分开（图 23−1）。

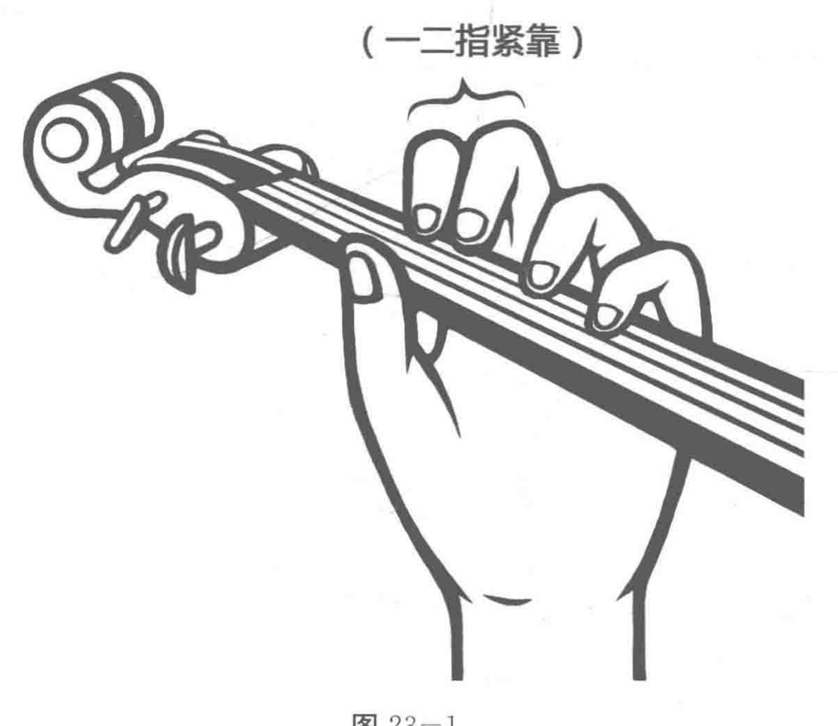


图 23−1

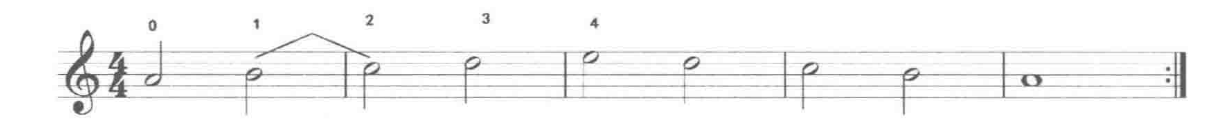
半音在一、二指之间的指位序位排列在四根弦上的具体音名：

1. E 弦：E−升 F−G−A−B。
2. A 弦：A−B−C−D−E。
3. D 弦：D−E−F−G−A。
4. G 弦：G−A−降 B−C−D。

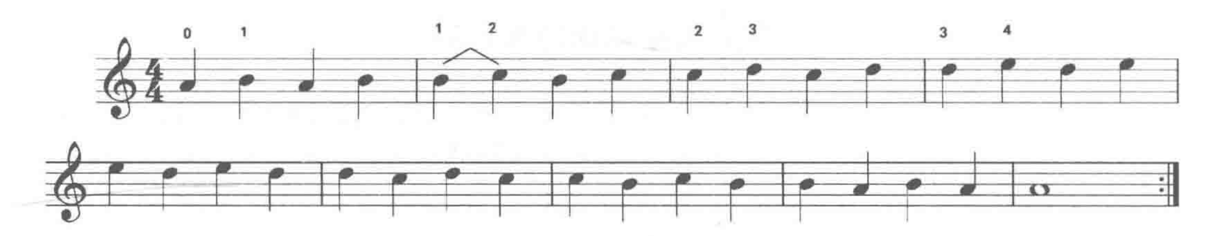
二、 训练方法

1. A弦的一、二指半音关系指位序位训练（谱23－1、谱23－2）。

（谱23－1）

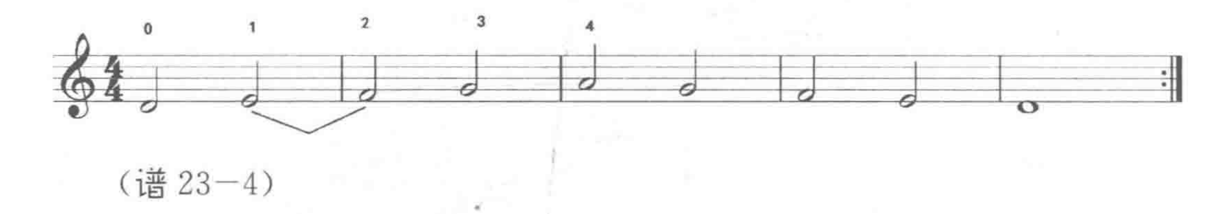


（谱23－2）

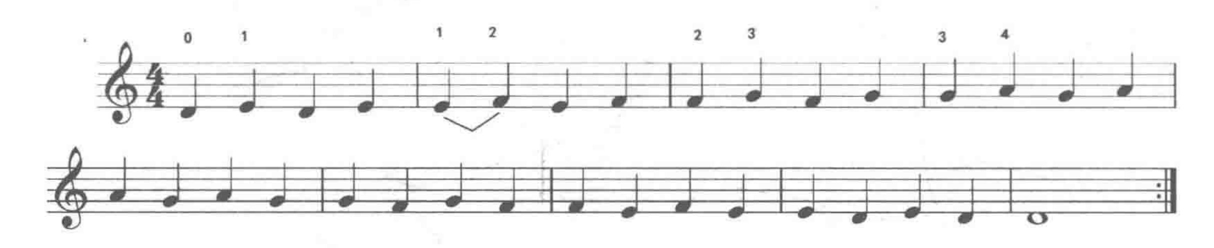


2. D弦的一、二指半音关系指位序位训练（谱23－3、谱23－4）。

（谱23－3）
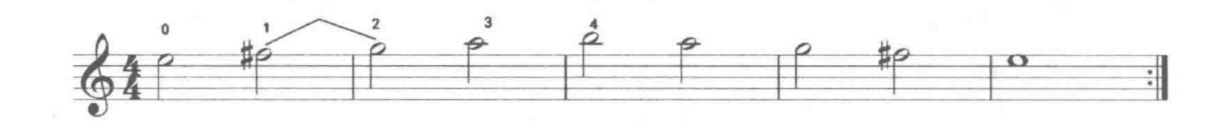


（谱23－4）



3. E弦的一、二指半音关系指位序位训练（谱23－5、谱23－6）。
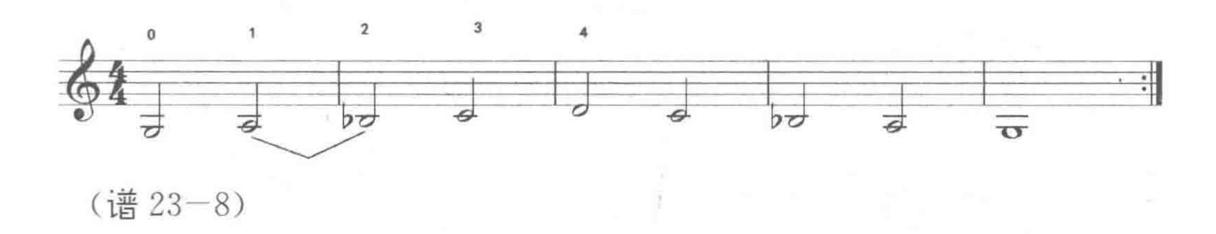
（谱23－5）



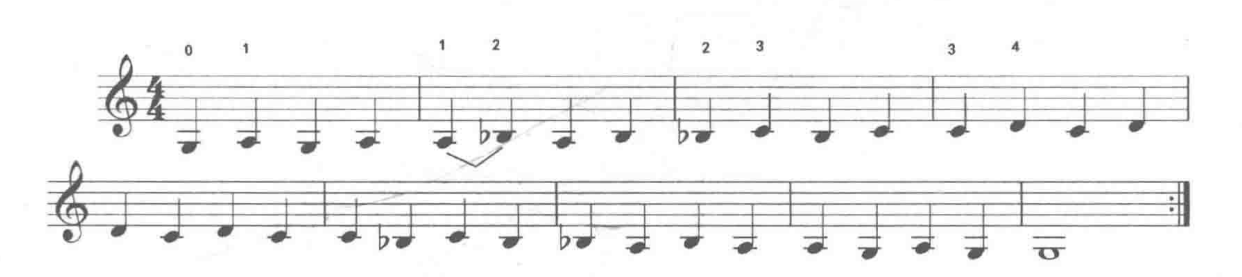
（谱 23—6）

4. G 弦的一、二指半音关系指位序位训练（谱 23—7、谱 23—8）。

（谱 23—7）



（谱 23—8）



第二十四课　左手指位序位训练之四

一、全音在一、二、三、四指之间时指位的序位排列

一、二、三、四指之间以全音的关系分开排列（图 24−1）。



图 24−1

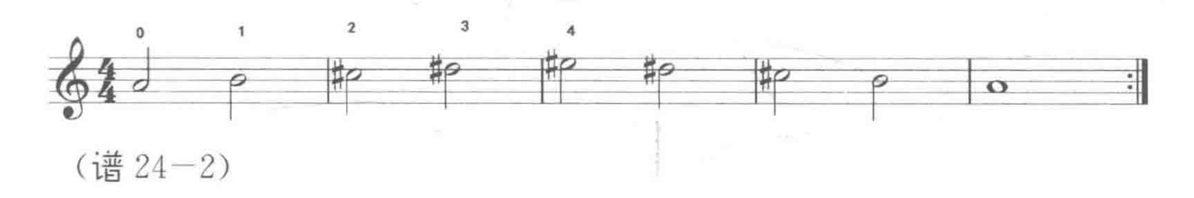
全音在一、二、三、四指之间时指位序位排列在四根弦上的具体音名：

1. E 弦：E−升 F−升 G−升 A−升 B。
2. A 弦：A−B−升 C−升 D−升 E。
3. D 弦：D−E−升 F−升 G−升 A。
4. G 弦：G−A−B−升 C−升 D。

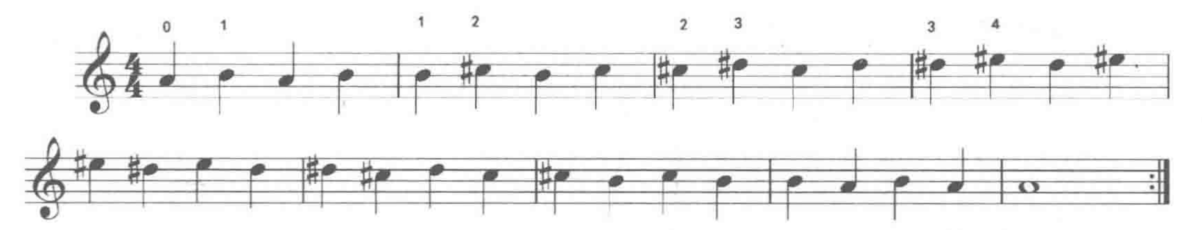
二、训练方法

1. A弦的一、二、三、四指全音关系指位序位训练（谱24－1、谱24—2）。

（谱24—1）
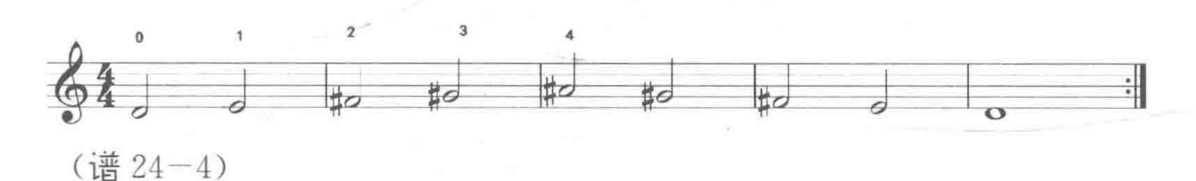


（谱24—2）

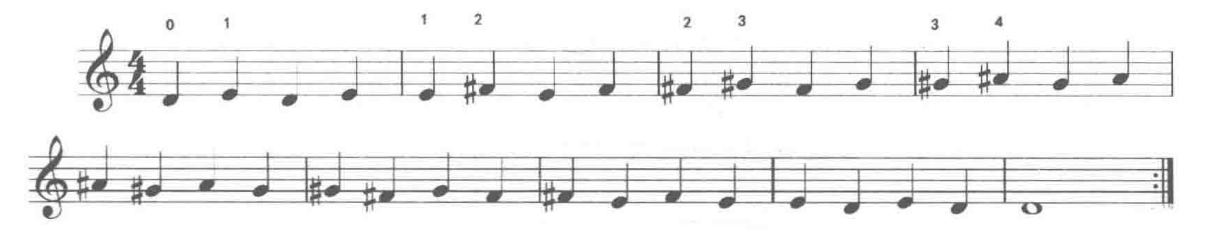


2. D弦的一、二、三、四指全音关系指位序位训练（谱24－3、谱24—4）。

（谱24—3）
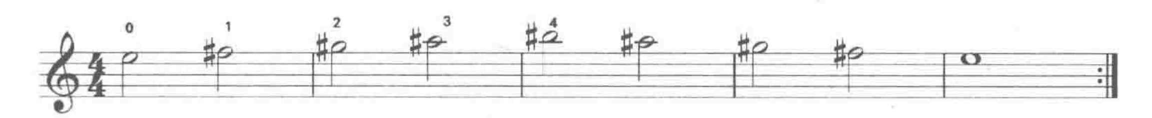


（谱24—4）

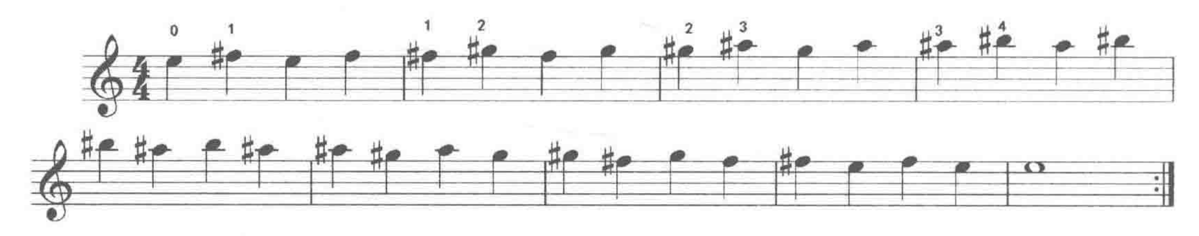


3. E弦的一、二、三、四指全音关系指位序位训练（谱24－5、谱24－6）。

（谱24—5）
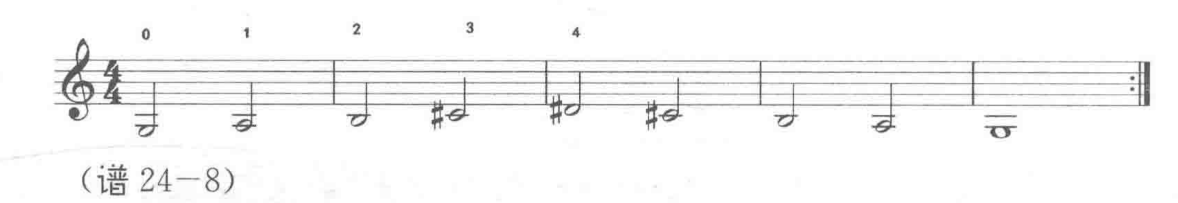


（谱 24—6）

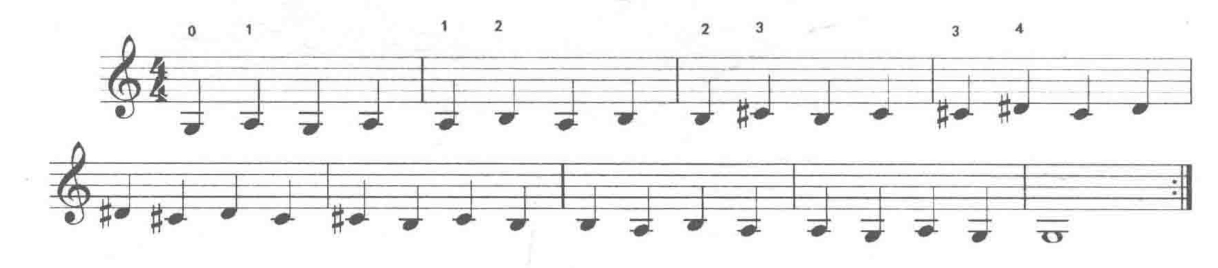


4. G弦的一、二、三、四指全音关系指位序位训练（谱 24—7、谱 24—8）。

（谱 24—7）



（谱 24—8）



三、 教师小贴士

1. 在左手的练习中注意保持掌心应有的凹型。

2. 注意手腕的直立，及按音符时左手肘不能靠近左胸的侧面。

3. 在固定指位训练中手指的半音指位摆放要准确，其次注意大拇指在不同指位的摆放中可以有细微的调整。

4. 在左手指的练习时要注意手指发出的力量来自手指本身的重量，按弦时手指无需主动发出力量。
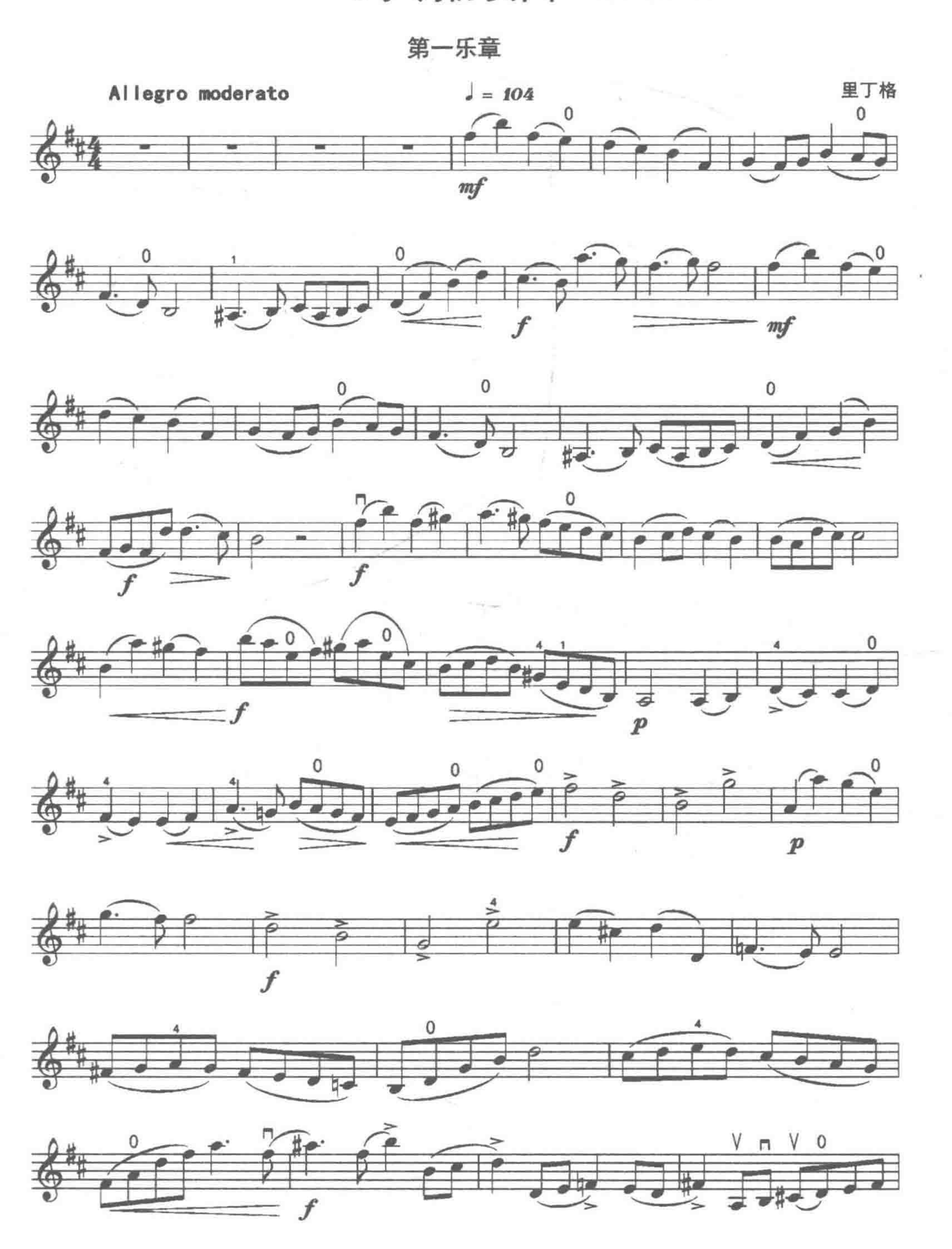
小音乐会
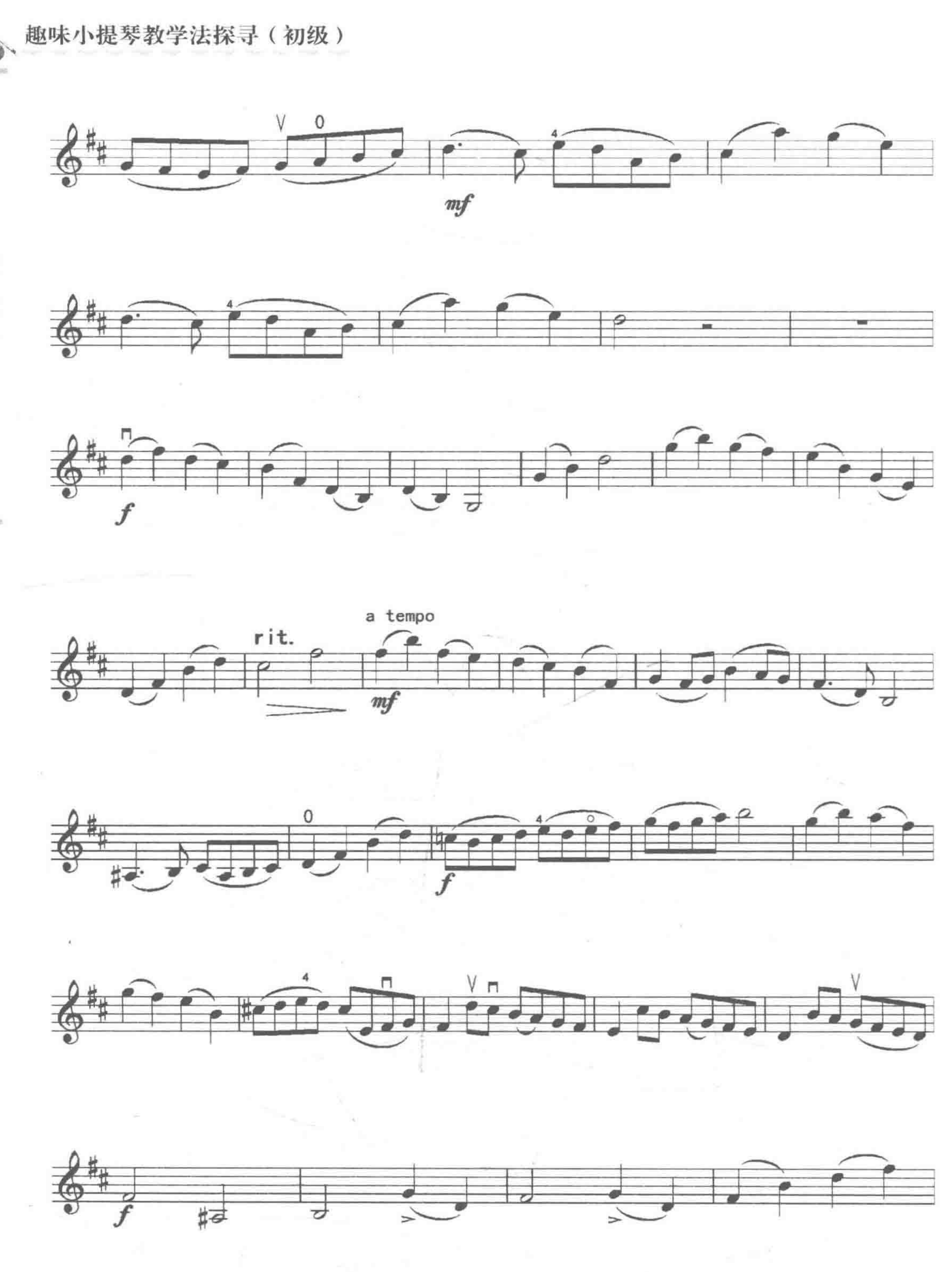
b小调协奏曲

第一乐章

Allegro moderato ♩ = 104

里丁格




rit.
a tempo

第二十五课　连弓训练

连弓：小提琴技巧训练的一种基本弓法，弓法特点为用一弓来平稳的演奏两个或两个以上的音符。

一、 联想词： 群山（**图** 25—1）



图 25—1

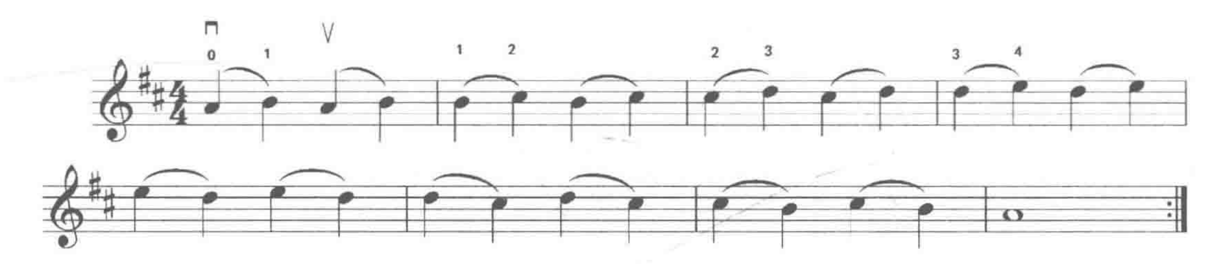
二、 儿歌

连弓如群山，
起伏又连绵。
运弓如峰峦，
白云绕山间。

三、 训练方法

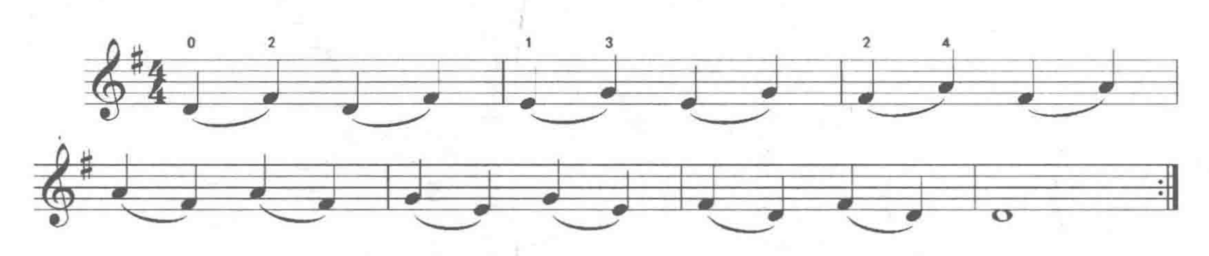
1. A弦连弓训练（谱25—1）。

（谱25—1）



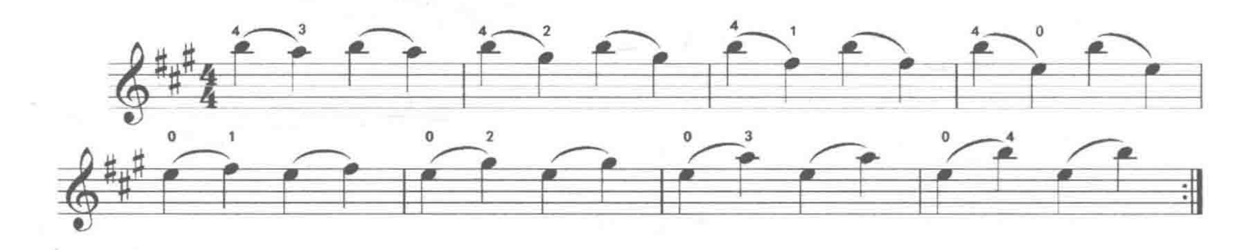
2. D弦连弓训练（谱25—2）。

（谱25—2）



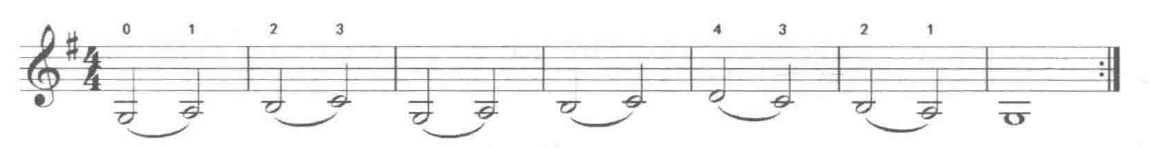
3. E弦连弓训练（谱25—3）。

（谱25—3）



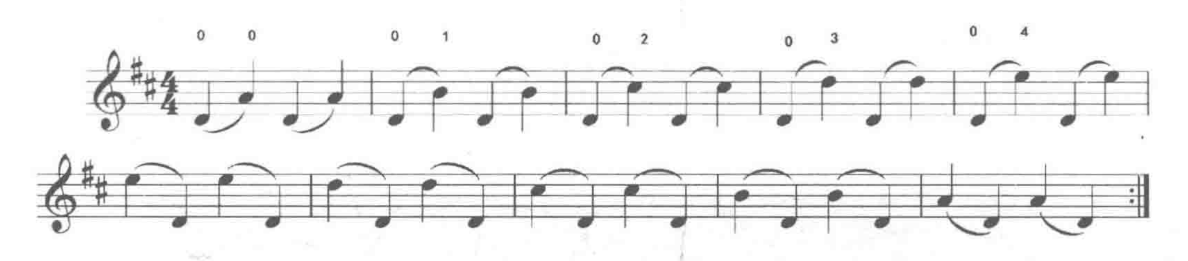
4. G弦连弓训练（谱25—4）。

（谱25—4）



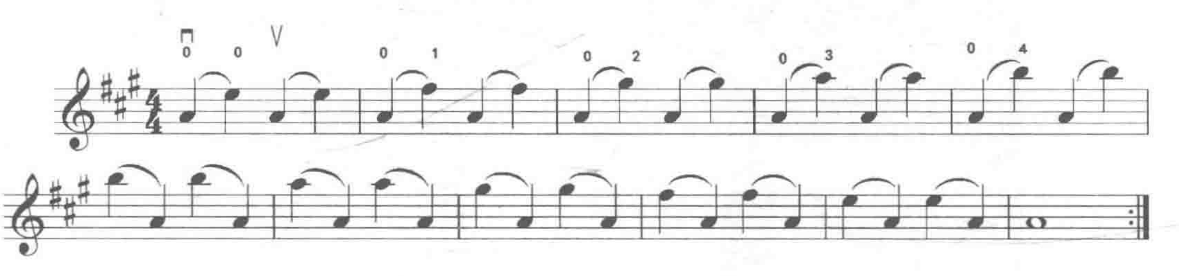
5. D—A弦连弓换弦训练（谱25—5）。

（谱25—5）



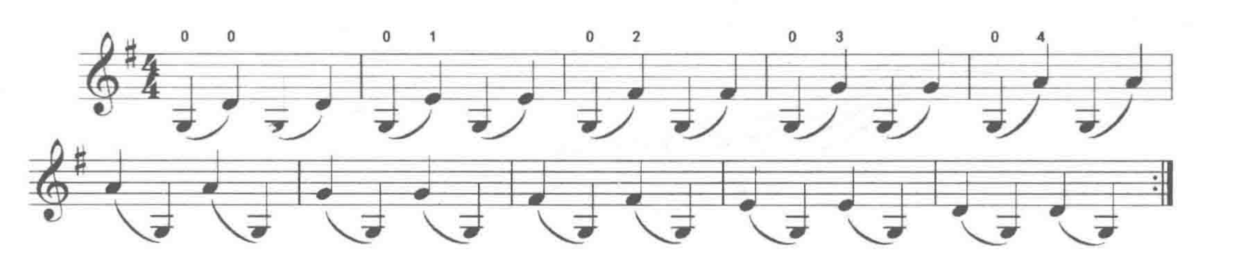
6. A—E弦连弓换弦训练（谱25—6）。

（谱25—6）



7. G—D弦连弓换弦训练（谱25—7）。

（谱25—7）



第二十六课　四音连弓训练

一、联想词：穿珠帘（图 26－1）
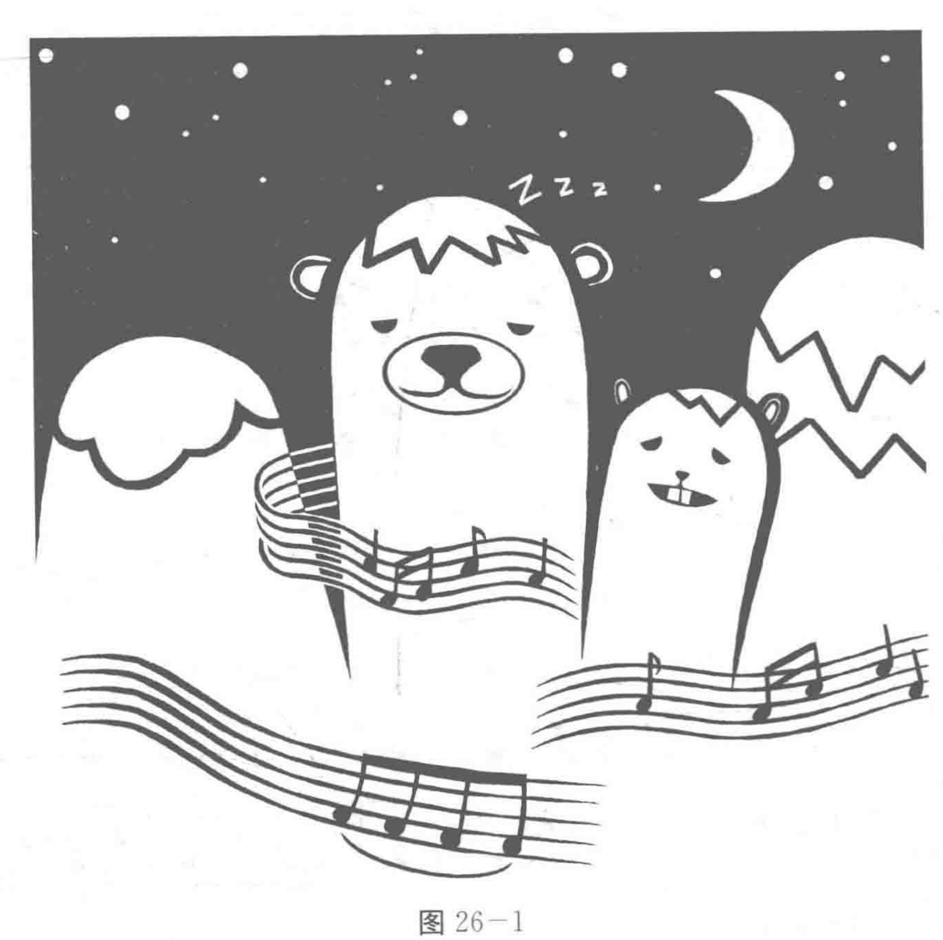


图 26－1

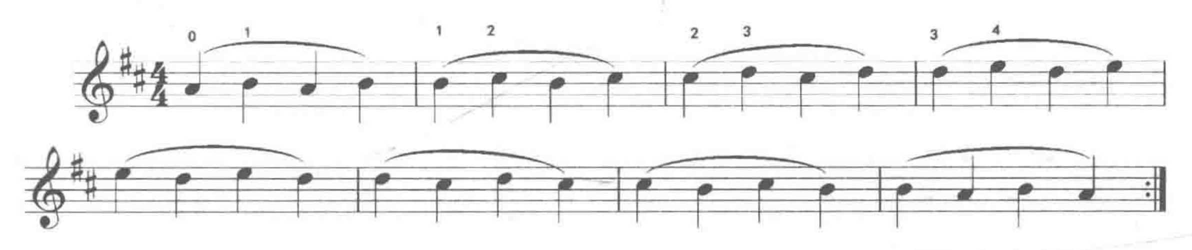
二、儿歌

连弓如群山，
起伏又连绵。
运弓如峰峦，
白云绕山间。
四个音符连，
如同穿珠帘。
右手是根线，
左手往里穿。

三、训练方法

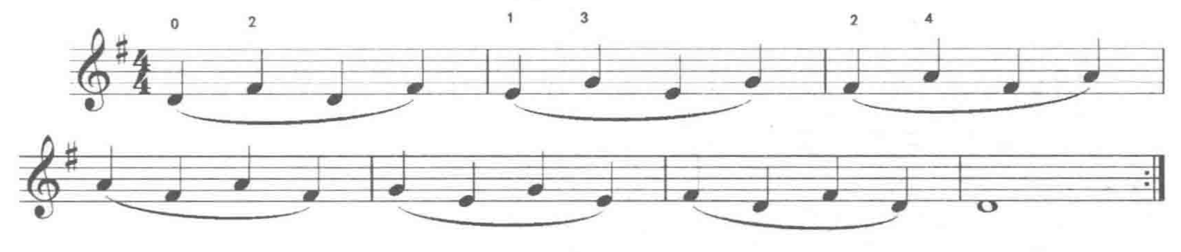
1. A弦连弓训练（谱26—1）。

（谱26—1）



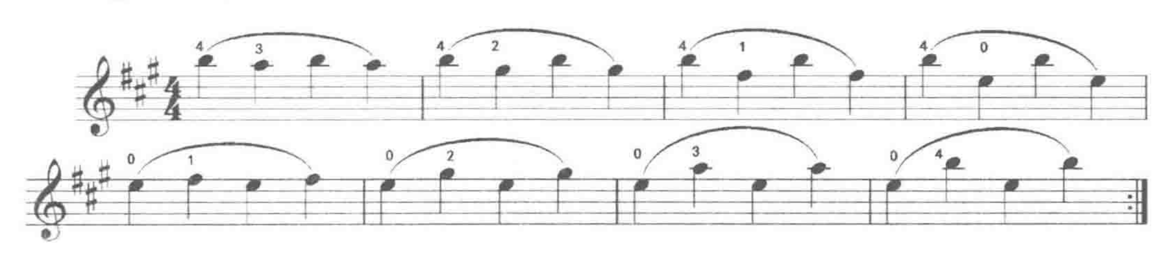
2. D弦连弓训练（谱26—2）。

（谱26—2）



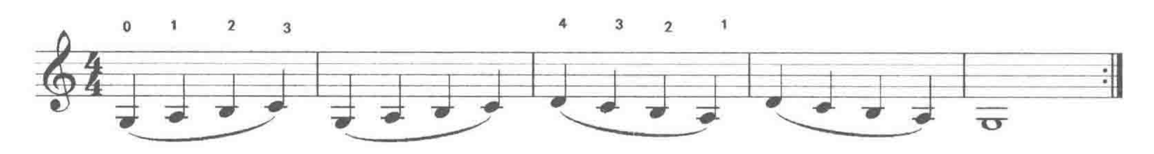
3. E弦连弓训练（谱26—3）。

（谱26—3）



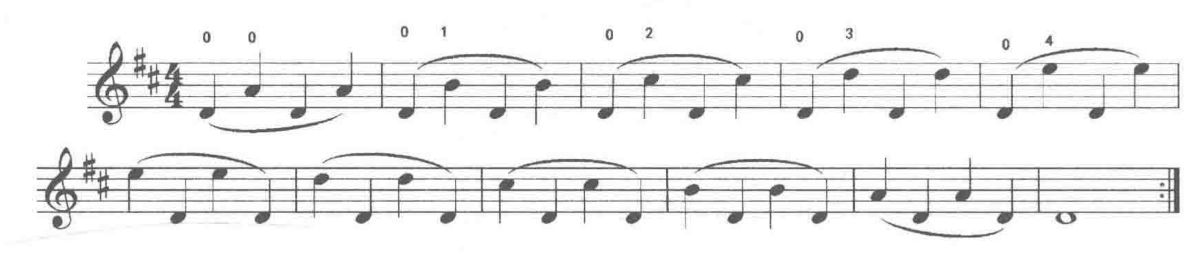
4. G弦连弓训练（谱26—4）。

（谱26—4）



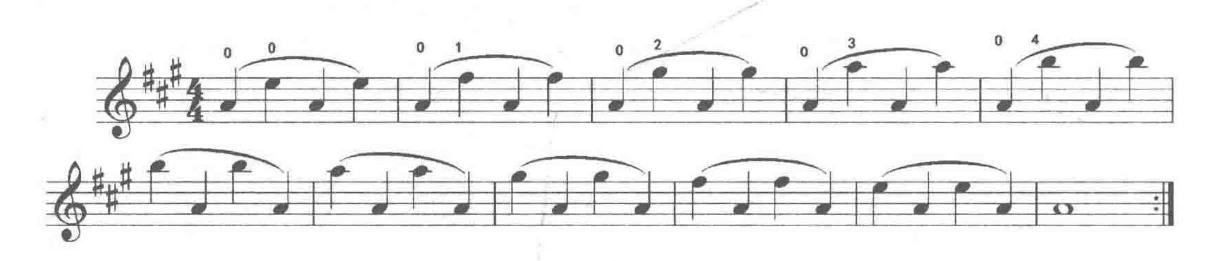
5. D—A弦连弓训练（谱26—5）。

（谱26—5）



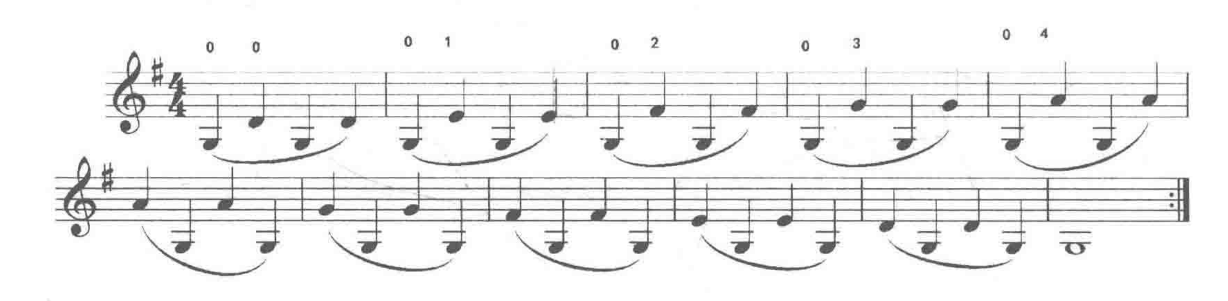
6. A—E弦连弓训练（谱26—6）。

（谱26—6）



7. G—D弦连弓训练（谱26—7）。

（谱26—7）



第二十七课　八音连弓训练

一、联想词：穿珠帘（图 27—1）



图 27—1

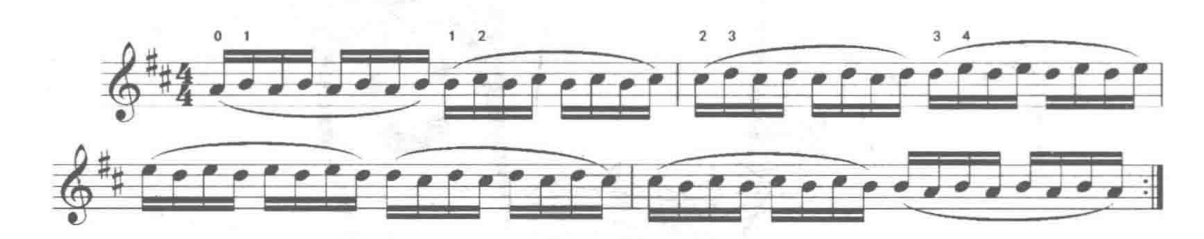
二、 儿歌

连弓如群山，
起伏又连绵。
运弓如峰峦，
白云绕山间。
八个音符连，
如同穿珠帘。
右手是根线，
绵绵行云间，
左手往里穿。
快速往下按。

三、 训练方法

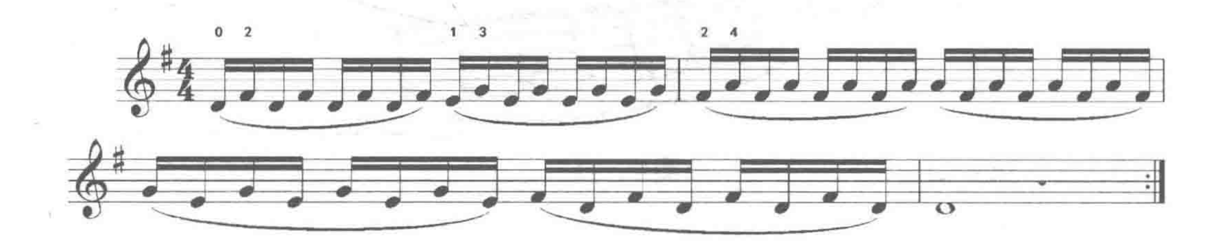
1. A弦连弓训练（谱27—1）。

（谱27—1）



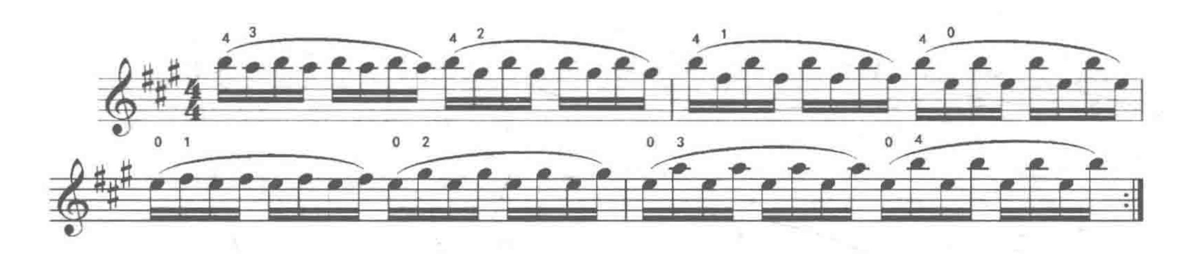
2. D弦连弓训练（谱27—2）。

（谱27—2）



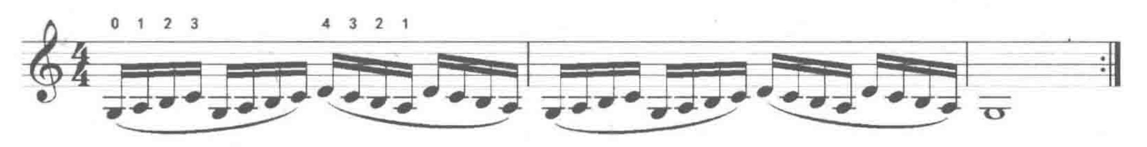
3. E弦连弓训练（谱 27—3）。

（谱 27—3）



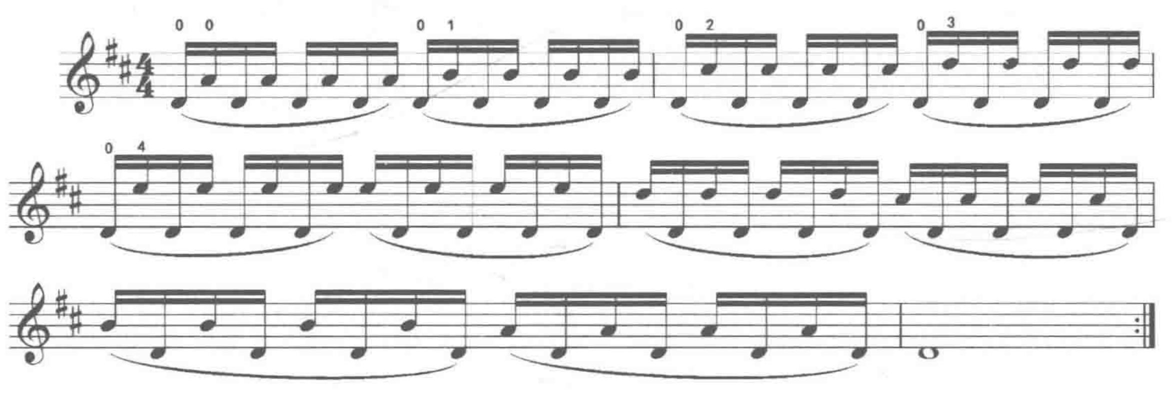
4. G弦连弓训练（谱 27—4）。

（谱 27—4）



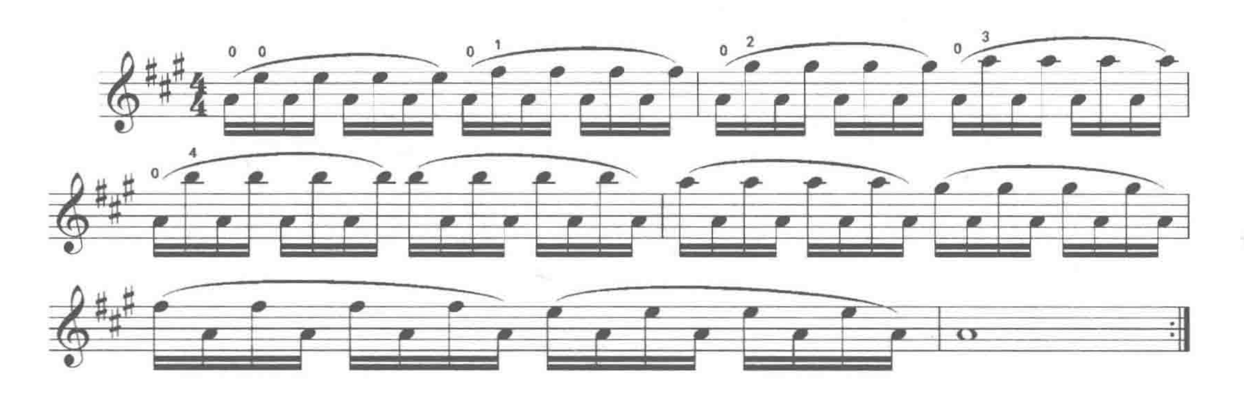
5. D—A弦连弓训练（谱 27—5）。

（谱 27—5）



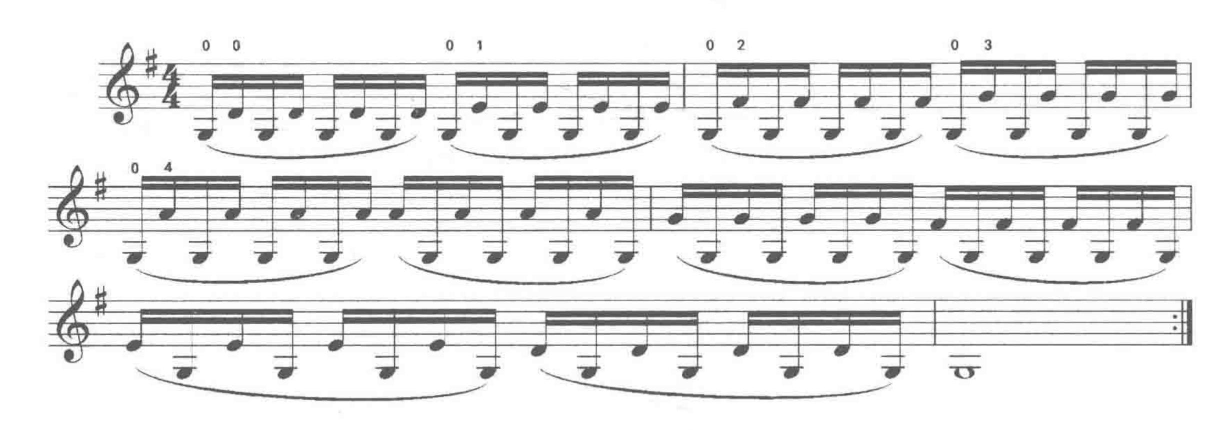
6. A—E弦连弓训练（谱 27—6）。

（谱 27—6）



7. G—D 弦连弓训练（谱 27—7）。

（谱 27—7）



四、 教师小贴士

1. 根据学生的情况不同可作不同要求，有天赋的孩子可以学习到 16 个音符的连弓。

2. 注意右手臂在演奏相近两根弦的幅度调整。

3. 注意体会右手运弓时弓毛接触不同琴弦的那一瞬间的感受。

第二十八课　一个八度音阶训练

音阶在小提琴的演奏中是一个横向性的手指贯穿性动作，最大的特点是孩子们演奏的不仅是 1 个音符，而是 7 个音符组成的一句话。就好像幼儿学习语言时先学字，再学词语，最后学习一个句子，音阶就充当了一个句子的功能。

在音阶中我们还可以练习各种右手技术，如不同的弓法、换弦、左右手的共同配合与不同的运动、左手指的快练等。对于初学时运用《赫利美利的音阶》、陈又新编著的《实用小提琴音阶练习》第一册就很好，其中有一个八度至两个八度的各种练习包括单音、琶音、半音等，练习老师应根据学生的不同情况选择性的进行教学。

一、联想词：爬楼梯（图 28—1）

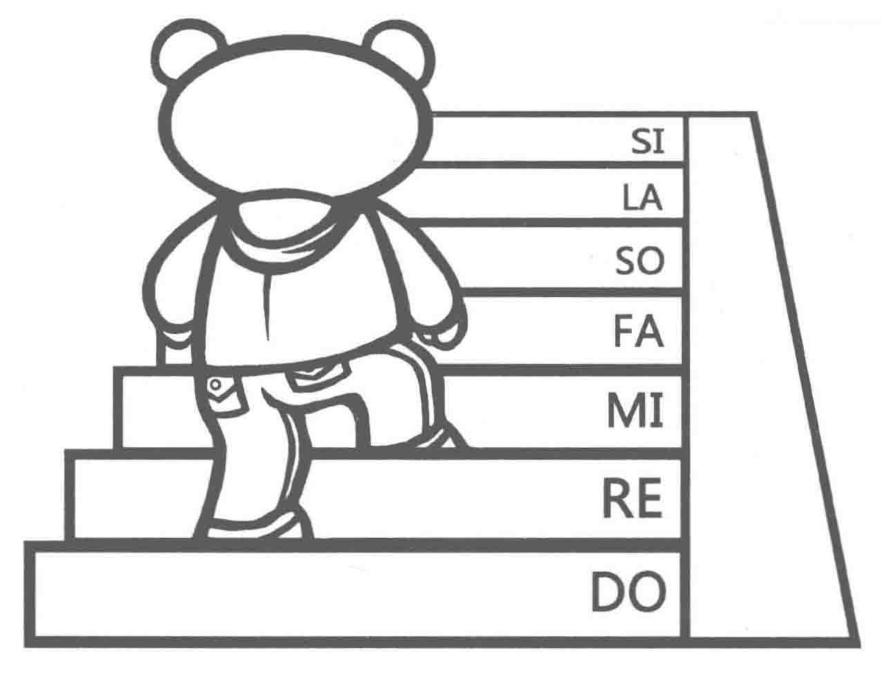


图 28—1

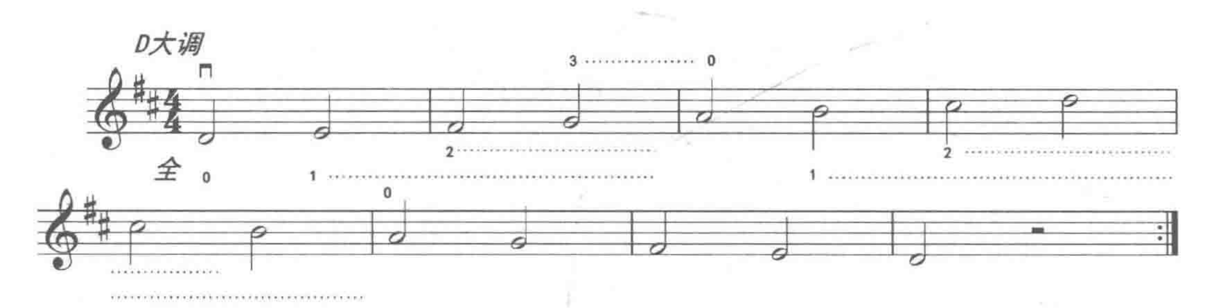
二、儿歌

音阶就像爬楼梯，
1 2 3 4 5 6 7。
每个音名是单词，
串在一起是句子。
学习音阶很重要，
音阶常常要练习。

三、训练方法

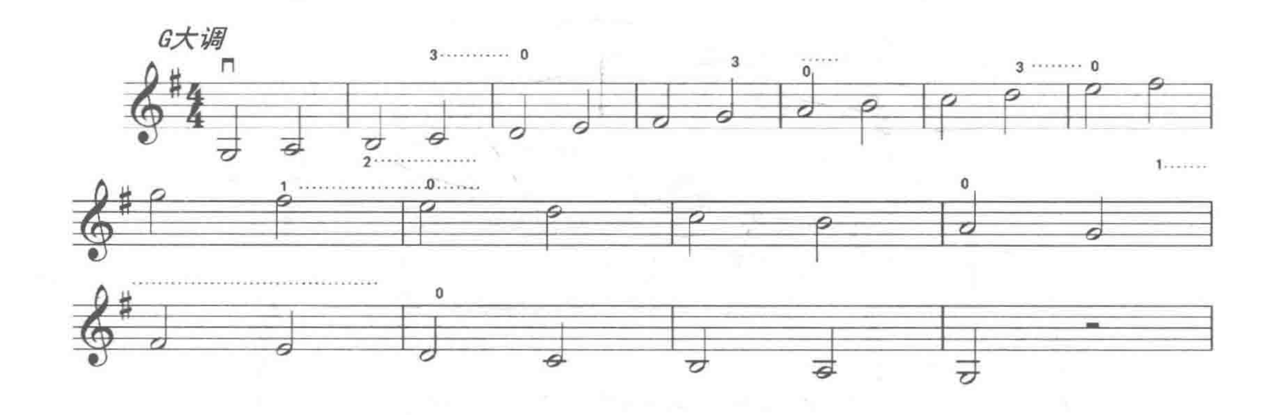
1. D大调音阶训练（谱28−1）。

（谱28−1）



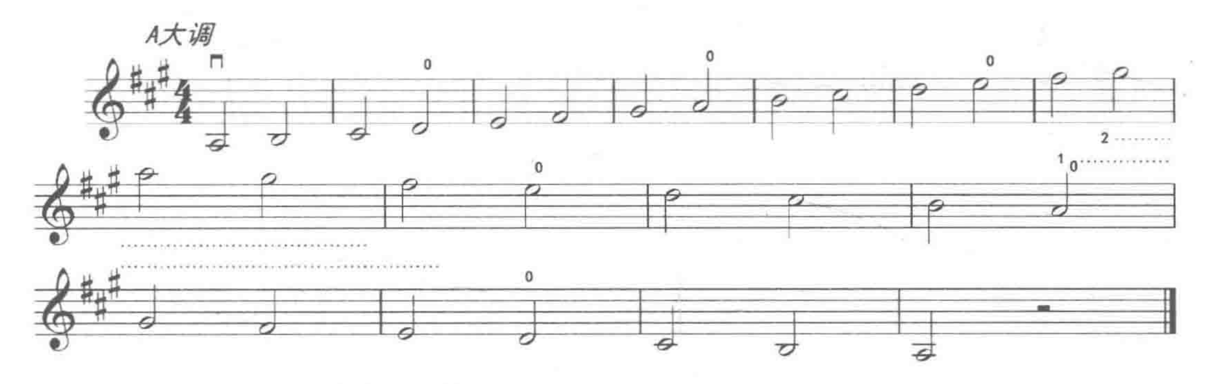
2. G大调音阶训练（谱28−2）。

（谱28−2）
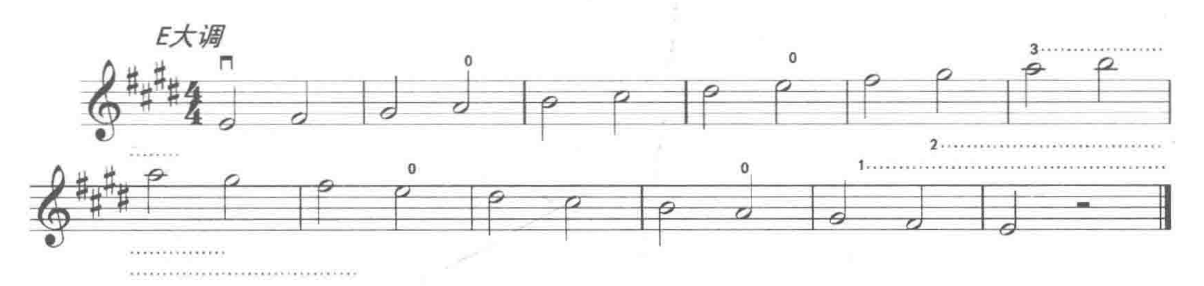


3. A 大调音阶训练（谱 28—3）。

（谱 28—3）



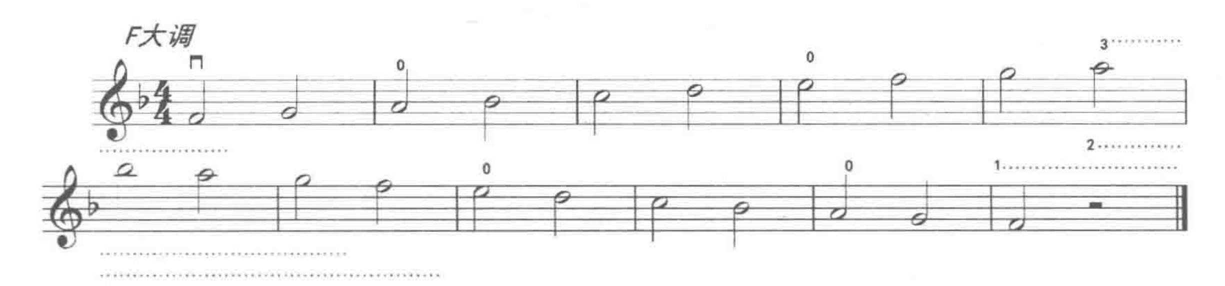
4. E 大调音阶训练（谱 28—4）。

（谱 28—4）



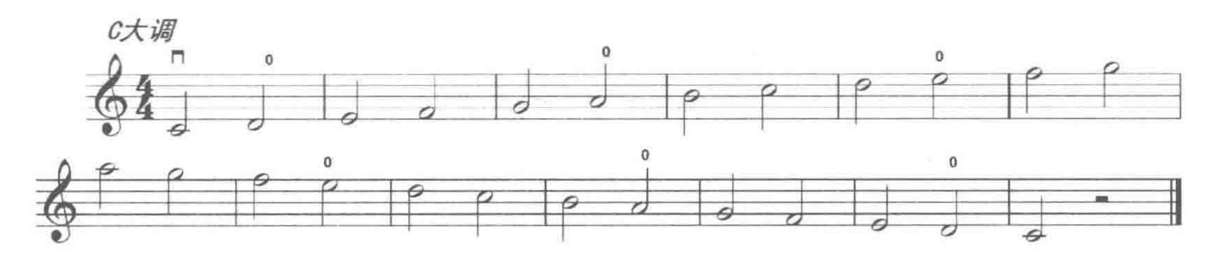
5. F 大调音阶训练（谱 28—5）。

（谱 28—5）



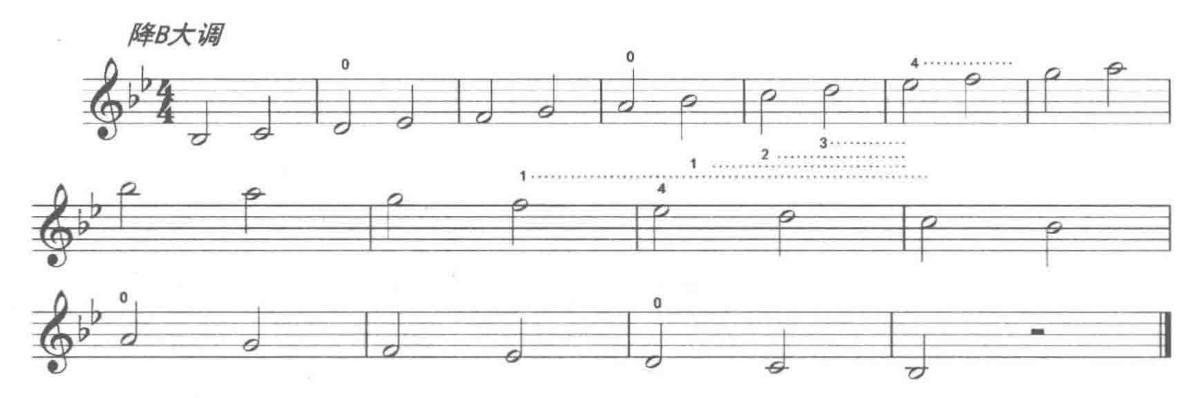
6. C 大调音阶训练（谱 28—6）。

（谱 28—6）
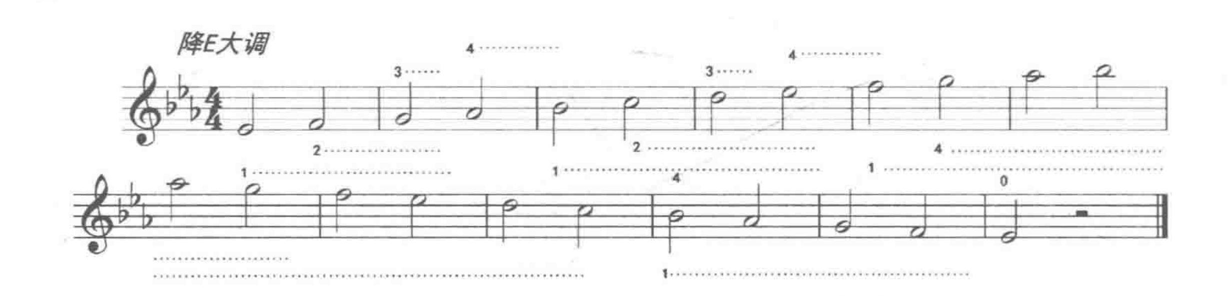


7. 降 B 大调音阶训练（谱 28—7）。

（谱 28—7）



8. 降 E 大调音阶训练（谱 28—8）。

（谱 28—8）



四、教师小贴士

1. 训练音准。
2. 通过音阶训练右手在同一弦平面的平稳运弓。
3. 可以运用不同弓法练习。

第二十九课　左手手指起落训练

一、联想词：跳绳（图 29－1）
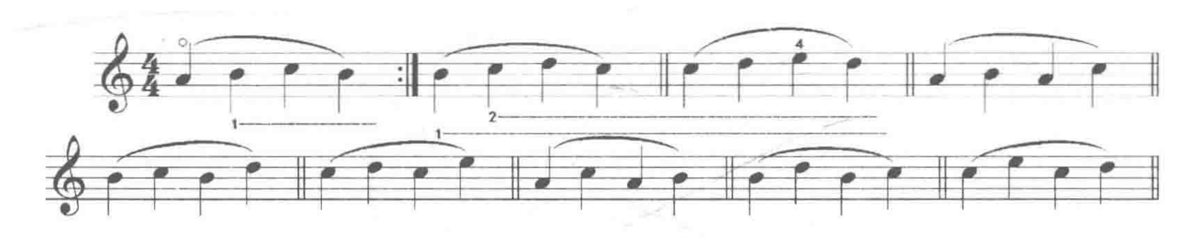


图 29－1

二、 儿歌

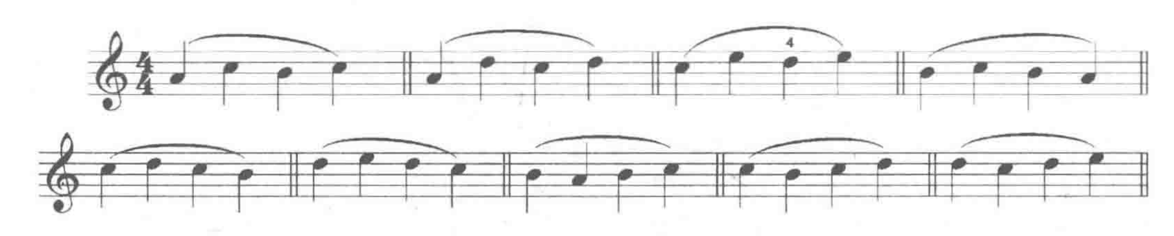
左手手指是关键，
起落干净多训练。
抬指感觉像触电，
落指稳稳站琴弦。
上下起落要自如，
美妙音乐出指尖。

三、 训练方法：第一把位手指起落训练

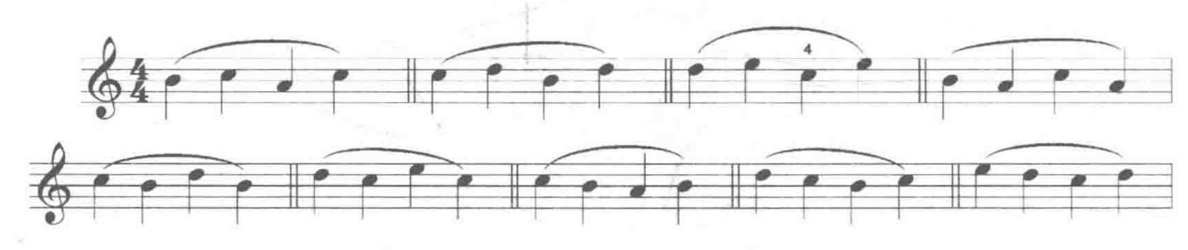
1. 谱29—1。



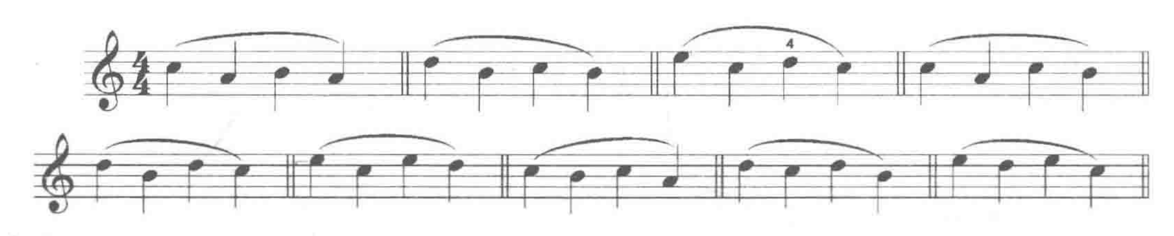
2. 谱29—2。



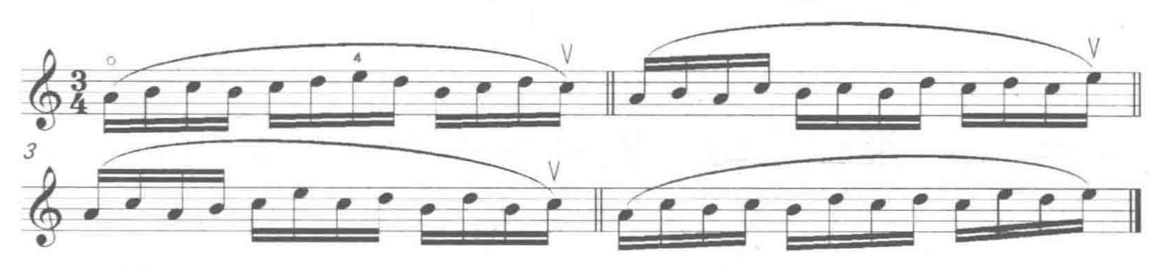
3. 谱29—3。



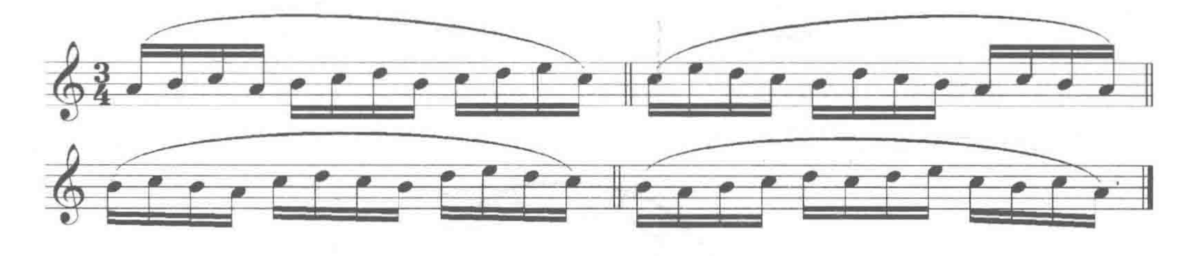
4. 谱29—4。



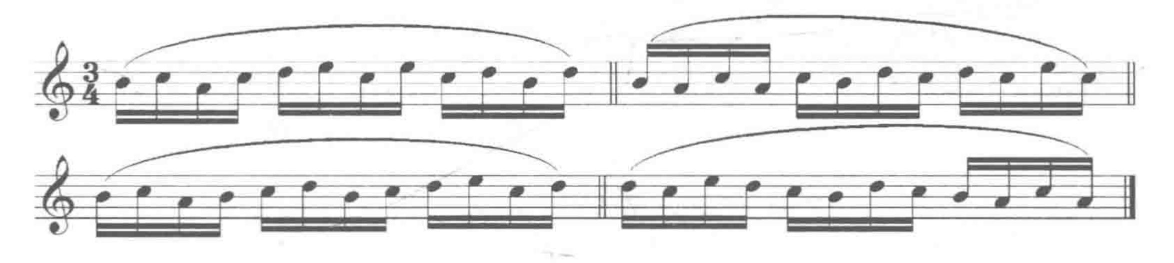
5. 谱 29—5。



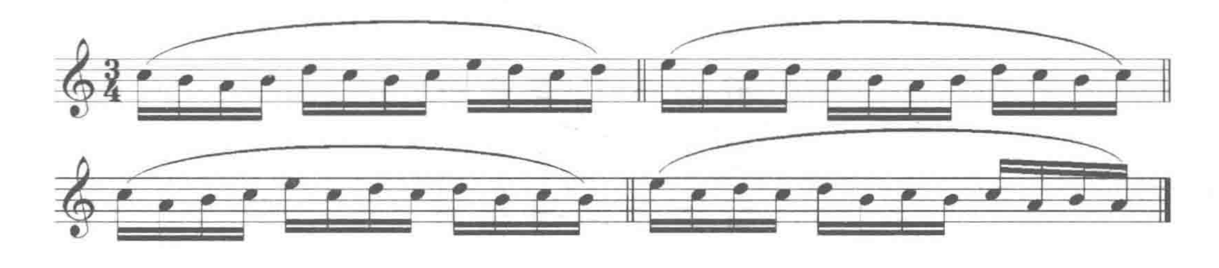
6. 谱 29—6。



7. 谱 29—7。



8. 谱 29—8。



四、 教师小贴士

1. 注意手指抬起与落下的力量。
2. 手指起落动作的运动方向是垂直上下运动。

第三十课　左手手指滑动训练

一、联想词：乌龟探头（图 30—1）

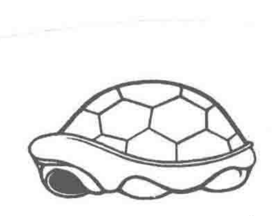
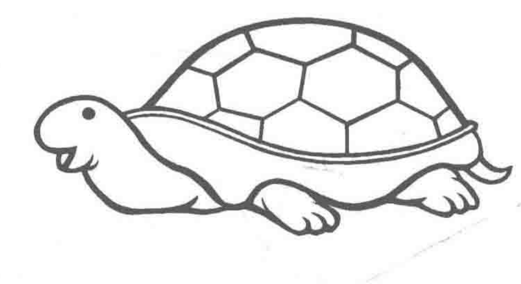
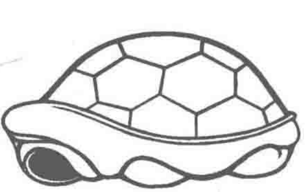




图 30—1

二、儿歌

左手手指动作多，
滑动练习要灵活。
伸指探出小脑袋，
原路返回把指缩。
伸缩动作要自如，
指尖淌出美妙乐。

三、训练方法：舍夫契克第一把位手指起落训练

1. 谱 30—1。



2. 谱 30—2。



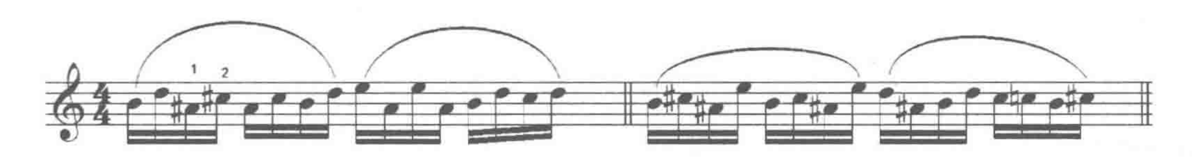
3. 谱 30—3。



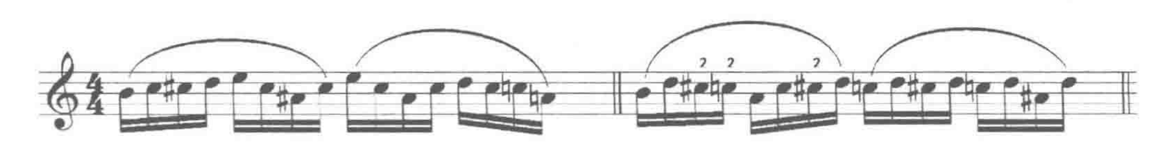
4. 谱 30—4。



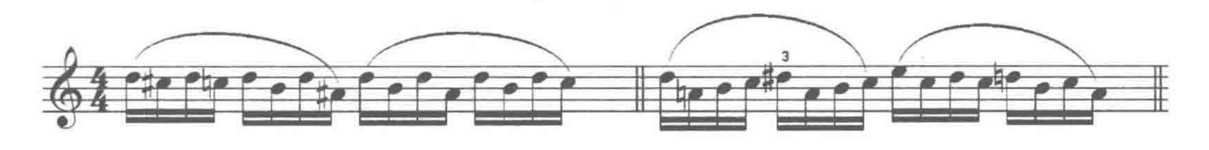
5. 谱 30—5。



6. 谱 30—6。



7. 谱 30—7。





四、教师小贴士

1. 学生应注意控制各个手指的伸缩动作。
2. 由慢至快的反复练习。

第三十一课　左手手指左右移动训练

一、　联想词：跳橡皮筋（图 31—1）

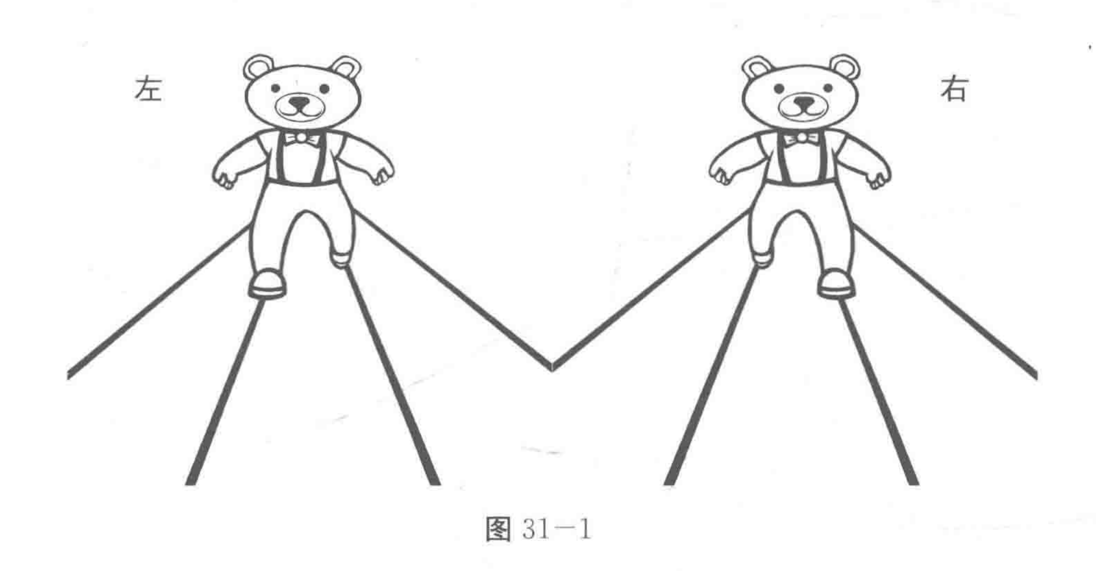


图 31—1

二、　儿歌

左手手指动作多，
左右移动要灵活。
相同位置不同弦，
手指还是同一个。
左右交换要自如，
指尖淌出美妙乐。

三、训练方法：舍夫契克第一把位手指左右移动训练

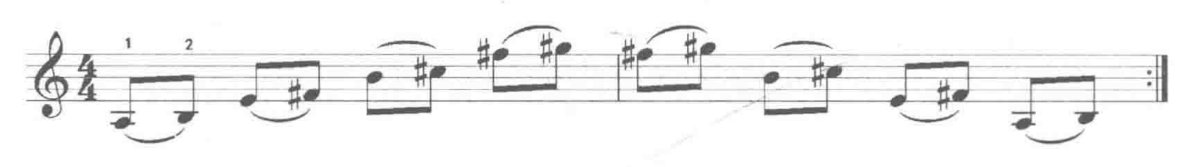
1. 谱 31—1。



2. 谱 31—2。



3. 谱 31—3。



4. 谱 31—4。



5. 谱 31—5。



6. 谱 31—6。



7. 谱 31—7。



8. 谱 31—8。



四、 教师小贴士

1. 手指左右换弦时一定要手指抬起来后再重新按弦。
2. 手指左右换弦动作要灵敏。

第三十二课　左手手指快速训练

一、 联想词：机关枪（图 32—1）

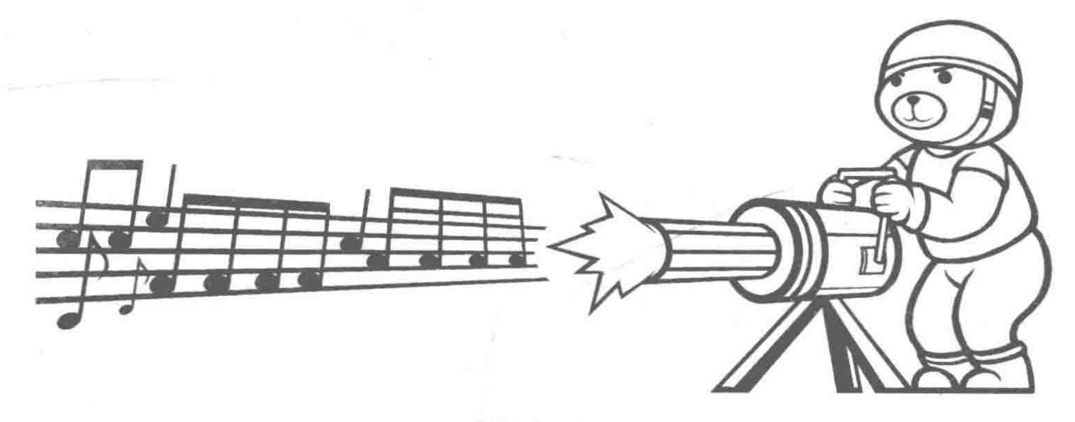


图 32—1

二、 儿歌

左手手指动作多，
快速训练要综合。
就像发射机关枪，
一排音符连续过。
内心从容手不慌，
指尖淌出美妙乐。

三、训练方法：第一把位手指快速训练

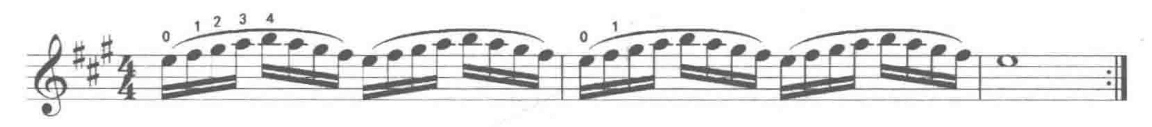
1. 谱 32—1。



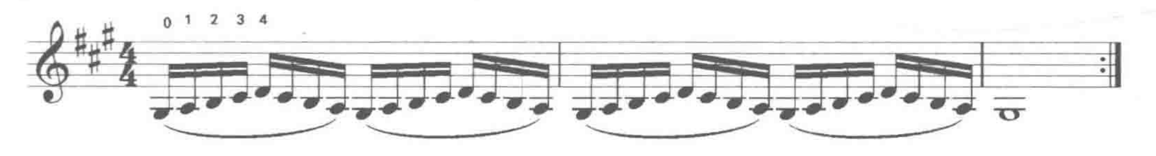
2. 谱 32—2。



3. 谱 32—3。



4. 谱 32—4。



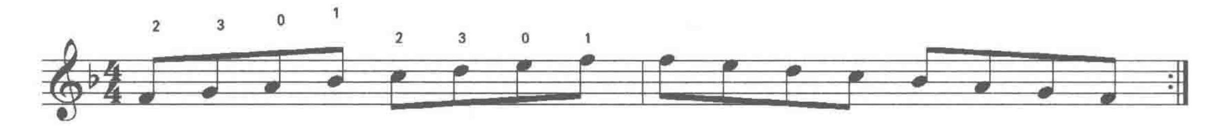
5. 谱 32—5。



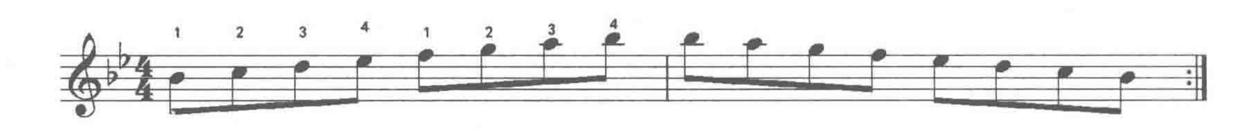
6. 谱 32—6。



7. 谱 32—7。



8. 谱 32—8。



四、 教师小贴士

1. 注意控制手指在同一指位的各个动作，一定要灵活自如。
2. 注意控制手指在变化指位中的各个手指动作的灵活运用。
3. 注意快速练习中手指运用的力量。
4. 注意快速练习中保持左手的速度。

第三十三课　轲莱弓法训练

轲莱弓法：一种基础弓法，弓子从空中放到弦上去，在接触弦的一刹那轻轻的锐利地把弦勾住，同时把声音清楚地拉出来，在发出声音的同时从弦上抬起来准备演奏下一弓。

一、联想词：飞机（图 33－1）

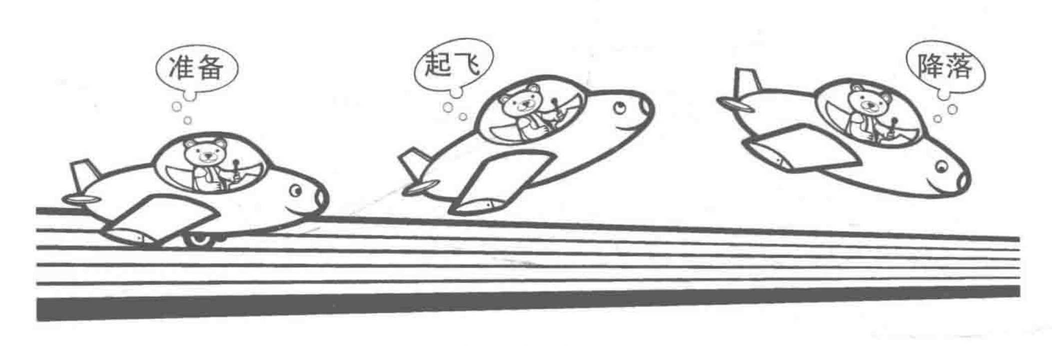


图 33－1

二、儿歌
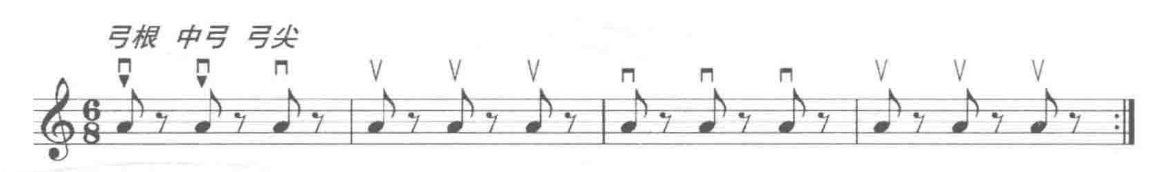
轲 莱 弓 法 像 飞 机，
弓 从 空 中 往 下 挥。
快 速 下 降 勾 住 弦，
臂 力 一 推 又 起 飞。
空 中 划 条 抛 物 线，
音 色 洪 亮 清 又 脆。

三、训练方法：第一把位轲莱弓法训练
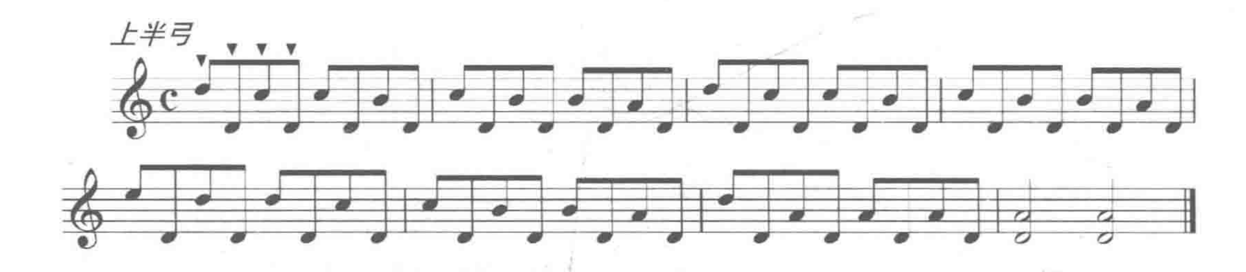
1. 谱 33－1。
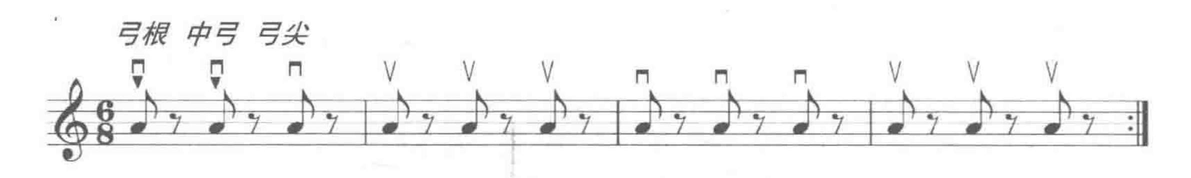


2. 谱 33－2。



3. 谱 33－3。



4. 谱 33－4。



四、教师小贴士

1. 轲莱弓法主要训练学生在空中的起奏练习，有瞬间放在弦上的准备动作。

2. 注意在弓与弦摩擦的瞬间，音质的干净。

3. 注意上弓起奏对初学者有一定难度。

4. 轲莱弓法没有特定的标记，本书中用“▼”号来表示。

第三十四课　强奏与弱奏训练

一、 联想词

强奏：拉风箱；

弱奏：细细的水波纹（图 34－1）。

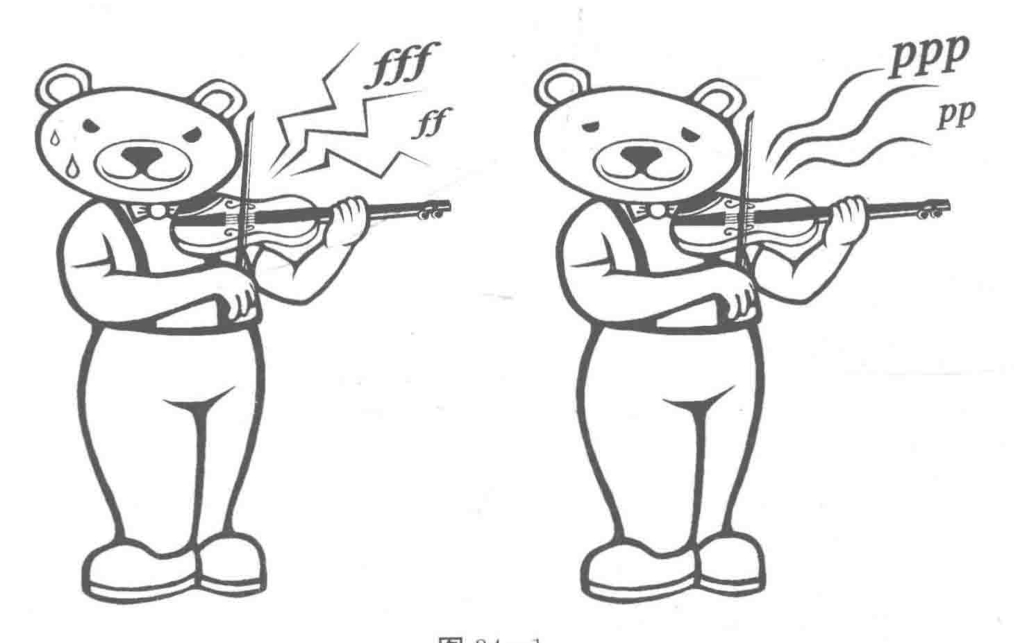


图 34－1

二、 儿歌

小提琴的音色多，

强奏弱奏来衬托。

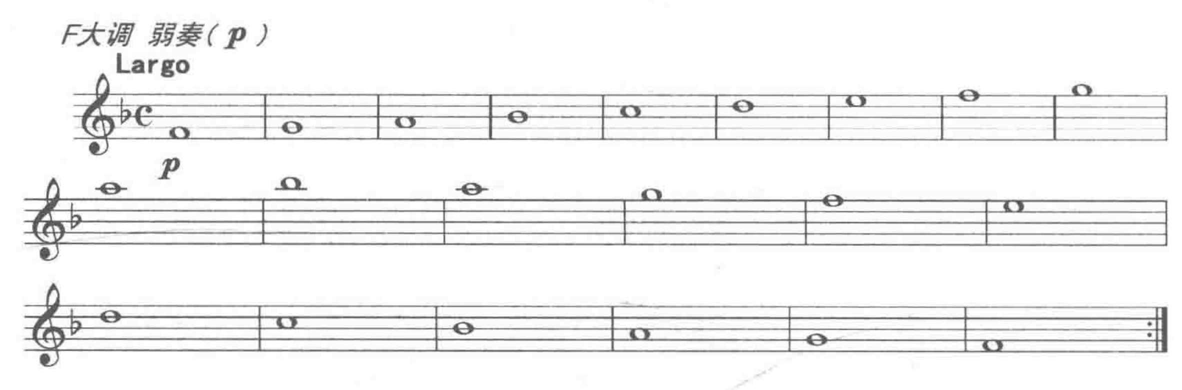
强奏犹如拉风箱，

弓毛与弦全贴合。
弱奏就像泛水波，
侧用弓毛如摩挲。

三、 训练方法

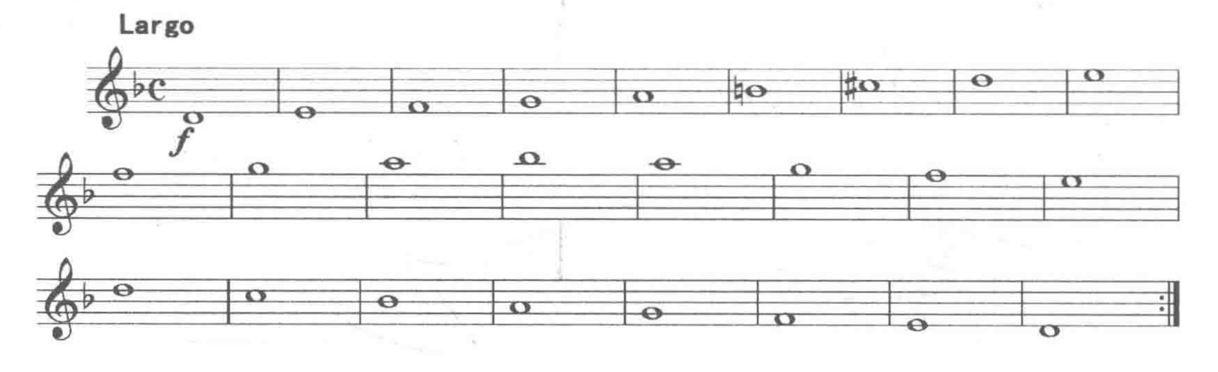
1. F大调音阶弱奏训练（谱34—1）。

（谱34—1）
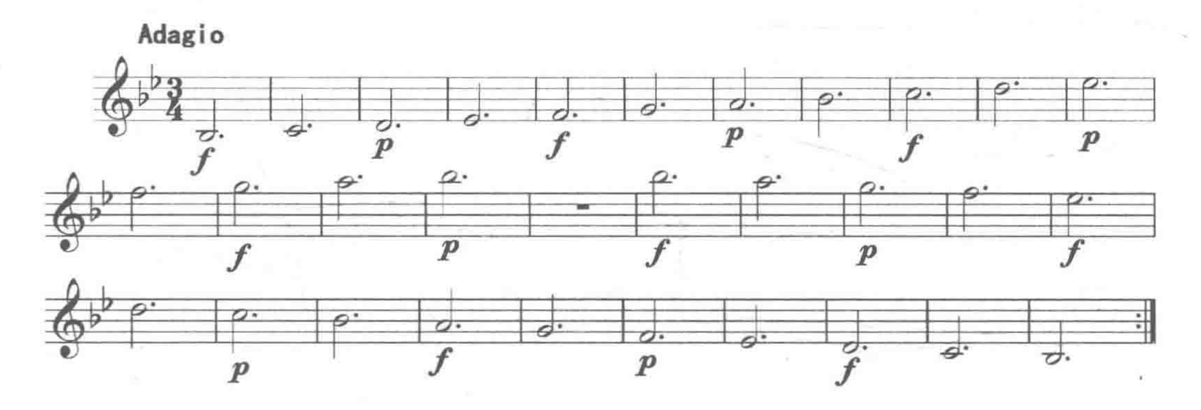


2. d小调音阶强奏训练（谱34—2）。

（谱34—2）
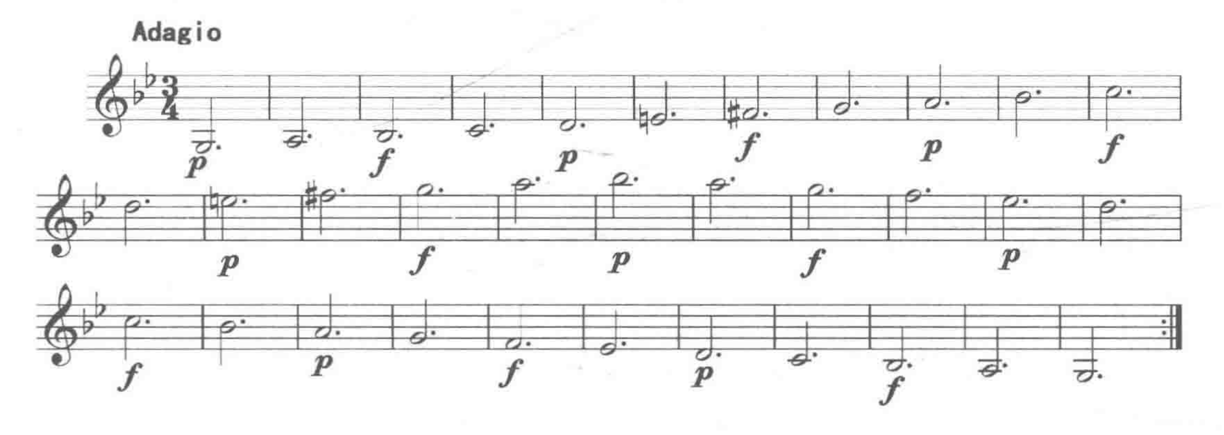


3. 降B大调音阶强奏与弱奏训练（谱 34—3）。

（谱 34—3）



4. g 小调音阶弱奏与强奏训练（谱 34—4）。

（谱 34—4）



5．强奏与弱奏训练小音乐（谱 34—5）。

（谱 34—5）

渔光曲

任光曲
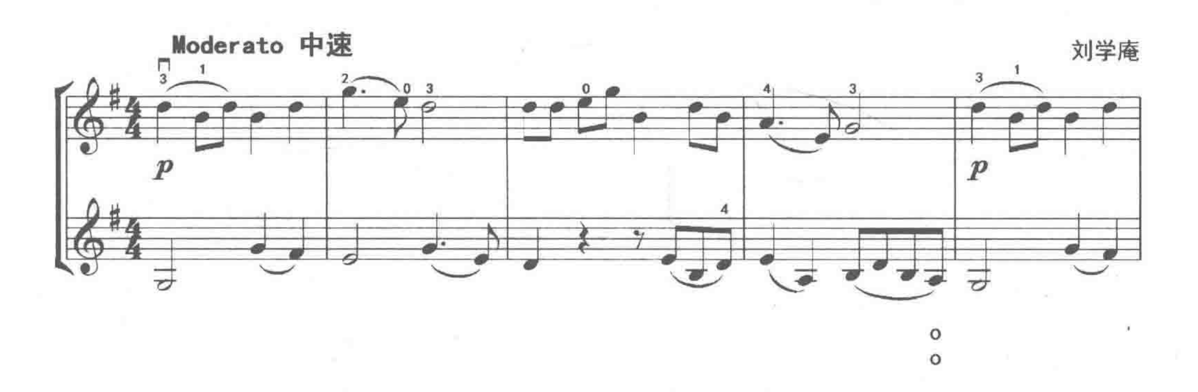
Moderato 中速

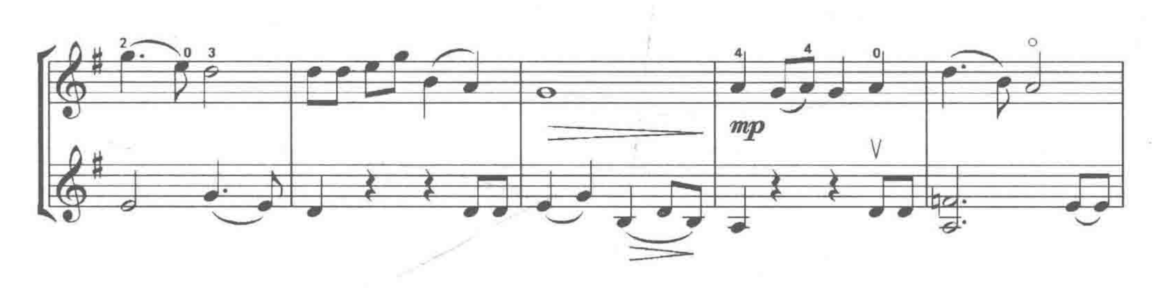
选自杨宝智《小提琴考级教程》

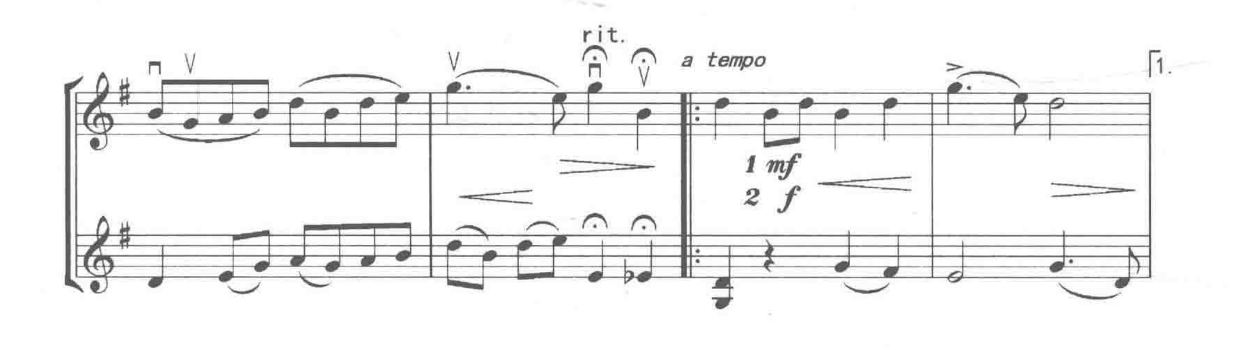
6. 强奏与弱奏训练乐曲（谱 34－6）。

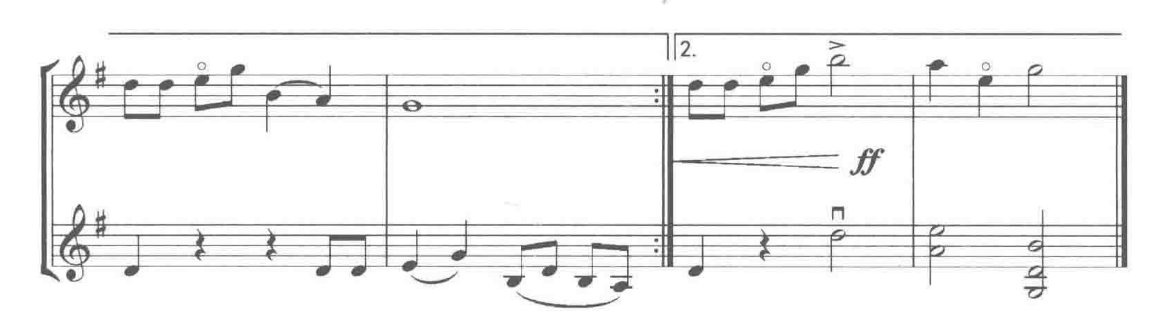
（谱 34－6）

长城谣









选自杨宝智《小提琴考级教程》



四、 教师小贴士

1. 在强奏与弱奏中，弓与弦的接触面发生改变。
2. 注意强奏与弱奏中合理运用右手臂自身重量，以便控制音的强弱。
3. 注意强奏与弱奏中持弓手型的变化。

第三十五课　双音训练

一、 联想词：唱歌的小火车（图 35—1）

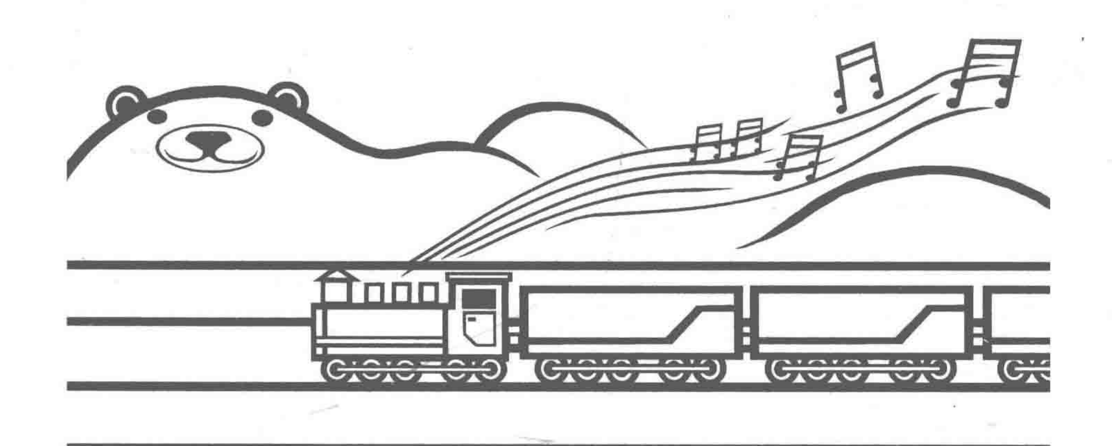


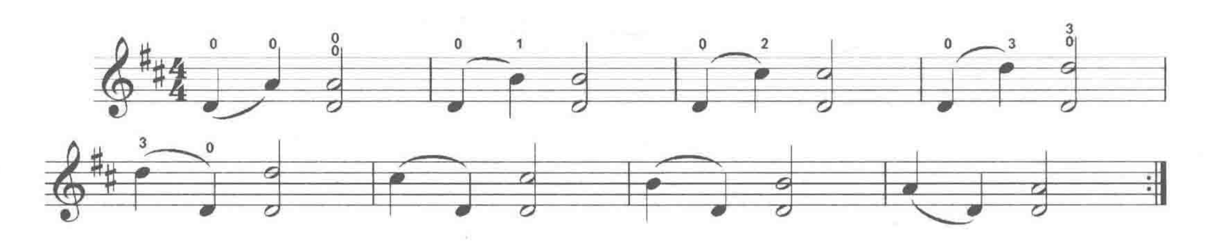
图 35—1

二、 儿歌

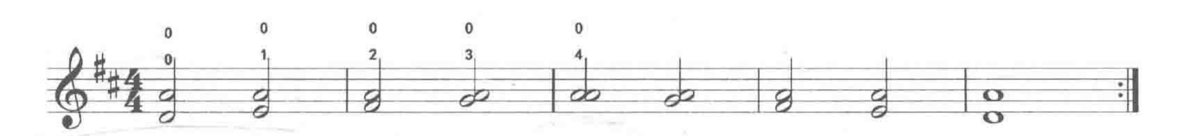
琴弓是辆小火车，
驶在双弦铁轨中。
训练双音和声多，
手指如在弦中舞。
动作整齐来共舞，
旋律悠扬荡山谷。

三、 训练方法

1. 谱 35—1。



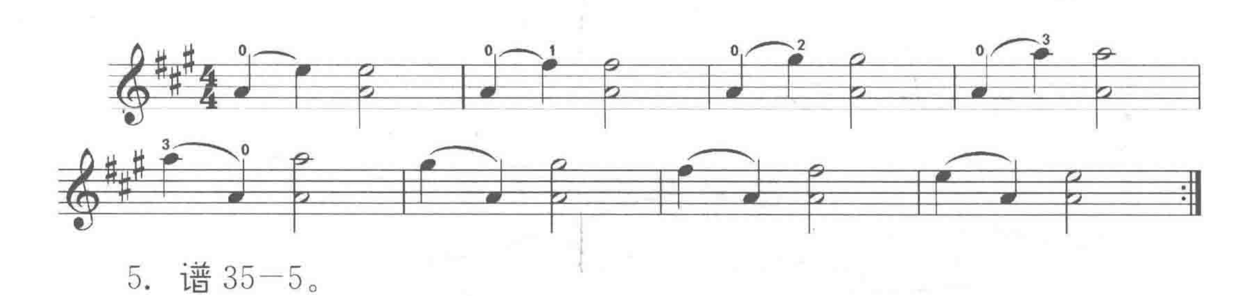
2. 谱 35—2。



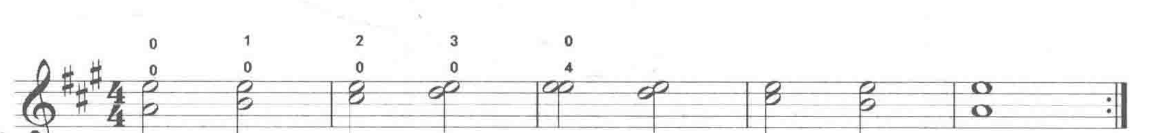
3. 谱 35—3。



4. 谱 35—4。



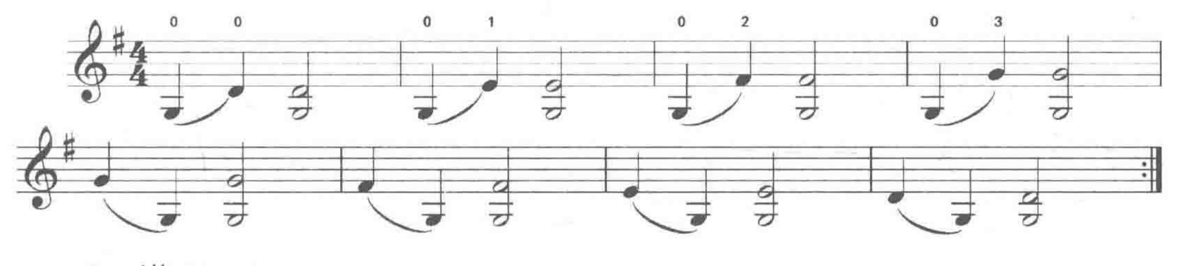
5. 谱 35—5。



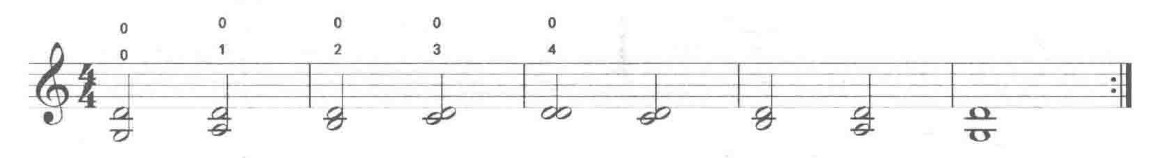
6. 谱 35—6。
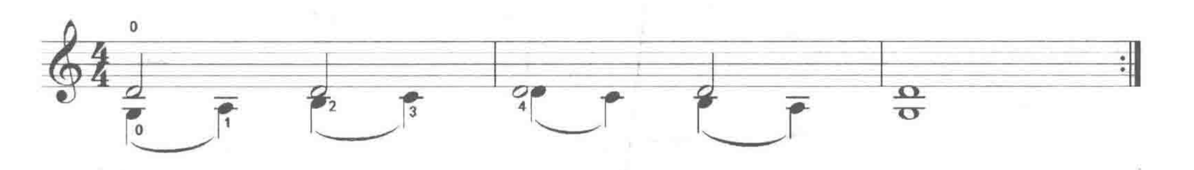


7. 谱 35—7。



8. 谱 35—8。
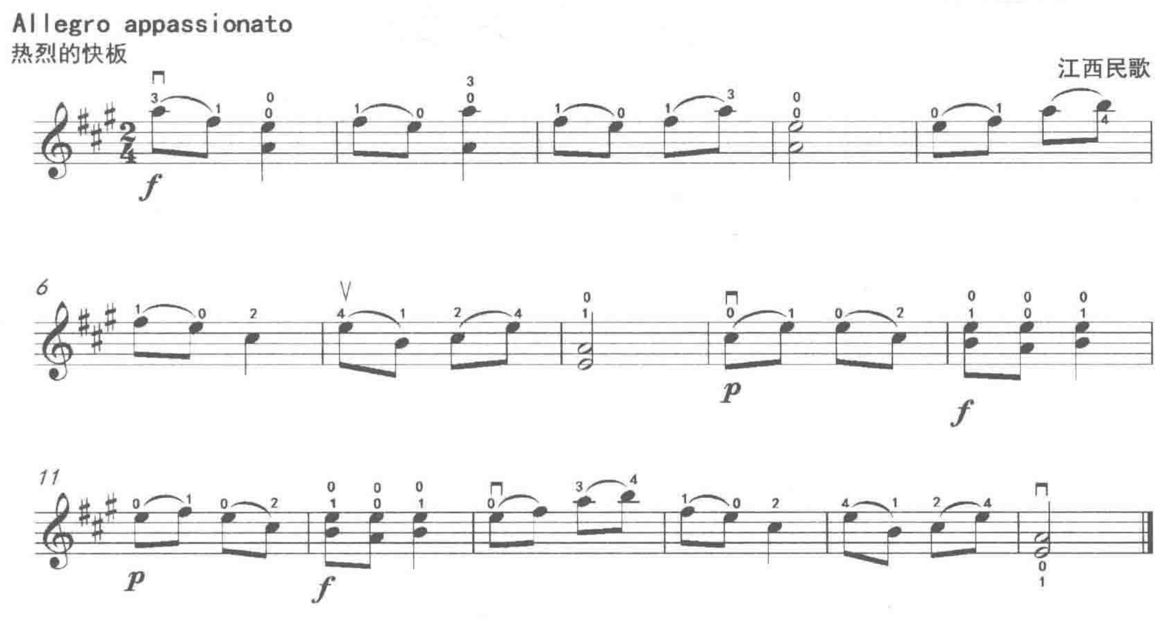


9. 谱 35—9。



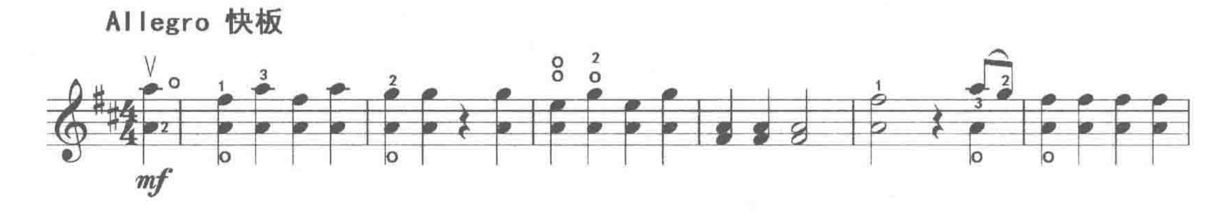
小音乐会

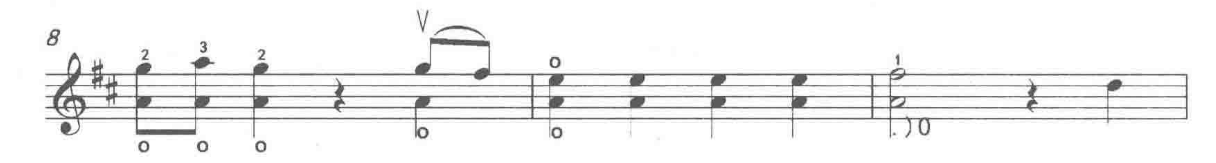
八月桂花遍地开

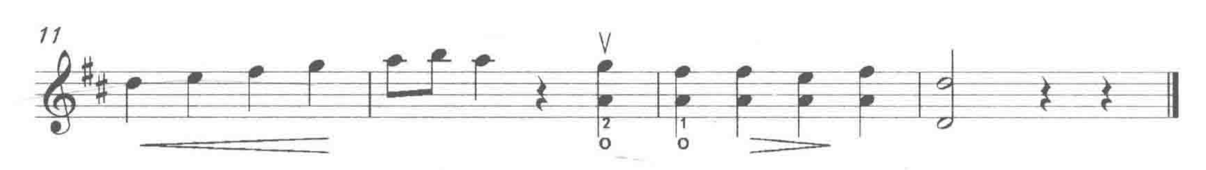


选自杨宝智《小提琴入门与提高》

小曲







选自杨宝智《小提琴入门与提高》

四、 教师小贴士

1. 双音练习的手指半音指位摆放与单弦指位相同。
2. 两个手指一定要整体运用起落动作。
3. 左手按弦与右手运弓力量在双音演奏时需要松弛。

QUWEI

XIAOTIQIN

JIAOXUE FA TANXUN (CHUJI)

趣味小提琴教学法探寻

（初级）


ISBN 978-7-5614-5825-9


9 787561 458259 >

定价：24.00元